Nr. 08 | August 2009 | 3,80 €

ÖKO-TEST

RICHTIG GUT LEBEN

Schwerpunkt Wandern
Deutschlands schönste Routen S. 106

August 2009
Deutschland 3,80 € | D 6311 | Schweiz 7,50 SFr
www.oekotest.de

TEST

Lippenstifte

Krebsfarben statt Kussmund

Über 300 Nobelmarken, Naturkosmetik und Drogerieprodukte im Vergleich S. 72

Die weiteren TESTs

Bier S. 14

Schokoladeneis S. 24

Wickelkommoden S. 62

Geldanlage S. 86
Trotz Finanzkrise: Wo Ihr Geld sicher und rentabel ist

Colorwaschmittel S. 112

Medikamente für Kinder
Durchfallmittel S. 36
Mittel gegen Blähungen S. 39
Zahnungsmittel S. 40
Läusemittel S. 42
Fieber-/Schmerzmittel S. 44
Fluoridtabletten S. 48

Berichte & Beratung

Bluthochdruck S. 50
Vorbeugen, erkennen und behandeln

www.schaebens.de

Gesichtspflege ganz nach meinem Geschmack:

Schaebens Masken 4 mal ausgezeichnet

Starten Sie noch heute Ihr ganz persönliches Wohlfühl-Programm mit einer Schaebens Wellness-Maske. Damit haben Sie die Gewissheit, Ihrer Haut Entspannung pur zu gönnen. Unsere besondere Empfehlung für Sie: die Schaebens Feuchtigkeits Maske, Beruhigungs Maske, Luxus Maske, und Schoko Maske. Alle vier Intensivpflege-Masken wurden von Öko-Test mit der Note „sehr gut" oder „gut" ausgezeichnet. Sie sind aufgrund der wertvollen Pflegesubstanzen besonders wirksam und außergewöhnlich gut hautverträglich.

Die hochwertigen Schaebens Wellness-Masken im praktischen Portionsbeutel gibt es in vielen verschiedenen Sorten. Natürlich alle zum günstigen Preis in Ihrem Drogeriemarkt. Deshalb unser Tipp: **Jetzt ausprobieren und sich noch heute wohl fühlen.**

Deuschlands meistgekaufte Masken-Serie laut Marktforschungsergebnissen 1999 – 2008.

Schaebens

Fühl dich schön!

Liebe Leserinnen, liebe Leser,

Jürgen Stellpflug, Chefredakteur

manchmal freuen wir uns über Testergebnisse. Als wir die 46 Biersorten für den Test ab Seite 14 in die Labore schickten, wussten wir nicht, wie die kleinen Brauereien im Vergleich mit den weltweit vertriebenen Marken abschneiden. Haben sie mögliche Probleme mit Schadstoffen im Griff? Können ein *Hinterländer Pils* oder ein *Meckatzer Weiß-Gold* geschmacklich mit den Großen mithalten? Als dann die Testergebnisse aus den Laboren kamen, waren wir mehr als überrascht. Auch die Kleinen brauen ein hervorragendes Bier. Beim Geschmack liegen fünf der Brauereien, die ihre Biere manchmal nur im Umkreis von ein paar Kilometern um den Braukessel verkaufen, auf den vordersten Plätzen. Auch wenn Sie nun nicht in der Nähe von einer der 26 getesteten Regionalbrauereien wohnen: Es gibt noch weitere 215 kleine Brauer in Deutschland. Dass es lohnt, deren Bier zu probieren, zeigt unser Test. Dass es wahrscheinlich keine Probleme mit Schadstoffen gibt, ebenfalls. Dass regionale Produkte ein Gewinn für die Umwelt sind, weil sie nicht durch die halbe Welt transportiert werden müssen, ist ohnehin klar. Dass seit dem Jahr 2000 über 50 kleine Brauer dichtmachen mussten, ist daher mehr als bedauerlich. Vielleicht trägt unser Test dazu bei, dass nicht noch mehr unserer Ess- bzw. Trinkkultur verloren geht. Prost!

Ihr Jürgen Stellpflug

PS: Mit einem Abo verpassen Sie keinen unserer Tests. Eine Bestellkarte finden Sie auf Seite 35.

TEST Bier

Warum in die Ferne schweifen? Auch der Gerstensaft vieler Regionalbrauereien hat uns überzeugt. **14**

TEST Wickelkommoden

Schadstoffabgabe in die Raumluft, Sicherheitsmängel – nur mit zwei untersuchten Produkten sind wir zufrieden. **62**

TEST Schokoladeneis

Bei vielen getesteten Produkten wird der Geschmack mit Aromastoffen aufgepeppt. **24**

TEST Arzneimittel für Kinder

Mit welchen sicheren Mitteln man die Wehwehchen und Krankheiten der Sprösslinge behandeln kann. **32**

Essen & Trinken

14 Test Bier
Na dann mal Prost!
24 Test Schokoladeneis
Knapp die Hälfte der Produkte mit Aroma.
30 Meldungen

Gesundheit & Fitness

32 Arzneimittel für Kinder.
Sichere Hilfe für den Nachwuchs.
36 Test Mittel gegen Durchfall
39 Test Mittel gegen Blähungen
40 Test Mittel gegen Zahnungsbeschwerden
42 Test Läusemittel
44 Test Fieber- und Schmerzmittel
48 Test Fluoridtabletten
50 Bluthochdruck
Die schleichende Gefahr.
60 Meldungen

Kinder & Familie

62 Test Wickelkommoden
Die meisten sind ihr Geld nicht wert.
70 Meldungen

Kosmetik & Mode

72 Test Lippenstifte
Fast alle mit problematischen Stoffen.
80 Meldungen

Politik & Umwelt

82 Desertec
Wem nützt der Strom aus der Wüste?

Titelfoto: [M] Andrey Chmelyov/Fotolia.com, Laura Gibson/Fotolia.com, Rheinsteig-Büro, Banana Stock

TEST Lippenstifte

Rote Lippen soll man küssen? Besser nicht, denn in den meisten Lippenstiften stecken problematische Inhaltsstoffe. **72**

TEST Colorwaschmittel

Erfreulich, erst bei besonders fiesen Flecken schwächeln die meisten der untersuchten Waschmittel. **112**

Geld & Recht

86 Test Geldanlage
Sicher durch die Finanzkrise.

89 Gegendarstellung
zu „Testsiegel und Vergleichsportale“.

98 Meldungen

Freizeit & Technik

106 Serie Urlaub in Deutschland
Die schönsten Wanderrouten.

Bauen & Wohnen

112 Test Colorwaschmittel
Keine Chance für Otto-Normal-Fleck.

118 Solarhaus im Ortskern
Neue Technik in der Altstadt.

126 Photovoltaikanlagen
Es muss nicht immer das Dach sein.

132 Neue Häuser
Energiesparende Designobjekte.

Die TESTs

10 Neue Produkte
14 Bier
24 Schokoladeneis
32 Arzneimittel für Kinder
36 Mittel gegen Durchfall
39 Mittel gegen Blähungen
40 Mittel gegen Zahnungsbeschwerden
42 Läusemittel
44 Fieber- und Schmerzmittel
48 Fluoridtabletten
62 Wickelkommoden
72 Lippenstifte
86 Geldanlage
112 Colorwaschmittel

Standards

3 Editorial
6 Leserbriefe
8 Nachwirkungen
10 Neue Produkte
100 Kleinanzeigen
138 Service
140 Glossar
141 Impressum
142 Im Überblick
144 Leserfragen
146 Vorschau

Schreiben Sie uns

Wir veröffentlichen nicht nur Lob, sondern auch Kritik. Ist Ihr Brief zu lang, kürzen wir – nicht nur Kritik, sondern auch Lob.

Klasse!

Kompass Discounter, 6/2009

Ich bin 13 Jahre alt und mein, vielleicht etwas merkwürdiges, Hobby sind Supermärkte und Discounter. Vor allem Discounter. Nach langem Suchen in vielen Geschäften und Fachgeschäften fand ich ihn endlich: den *Kompass Discounter*. Die Berichte über jeden einzelnen Discounter, die Lebensmittel-Tests, der Bericht über die Bespitzelung bei Discountern sind klasse! Das Heft ist wie für mich gemacht. Wenn es es nicht gäbe, es hätte für mich erfunden werden müssen. Allerdings meine ich, dass Dieter Schwarz den Namen LIDL von seinem Universitätsprofessor (Lidl) abgekauft hat. Trotzdem: ein riesengroßes Lob an die Redaktion!

Jonas
per E-Mail

Kiefer beachten

Spezial Alternative Heilmethoden 2009

Starke Kopfschmerzen haben mich nach einer langen Irrfahrt durch zahlreiche Praxen zu einem Erfahrungstherapeuten geführt, dem es wichtig ist, den gesamten Menschen zu betrachten. Schnell war klar, dass das Problem in meinem Kiefer schlummert. Zahlreiche hochgiftige Materialien, die mir in Wurzelfüllungen und Kronen eingesetzt wurden, haben nicht nur die Kopfschmerzen, sondern auch andere Bereiche meines Körpers geschädigt. In dem Gespräch mit meinem neuen Zahnarzt, der ganzheitlich praktiziert, wurde klar, dass minimale Unterschiede in der Höhe von Zahnfüllungen durch die Kiefermuskeln ins Ohr übertragen werden können und somit Tinnitus verursachen. Egal welche Körperregion Schmerzen verursacht, mein Rat ist, sich immer von einem verantwortungsbewussten Zahnarzt den Kiefer begutachten zu lassen.

Jutta Henda
per E-Mail

Mit Mythen aufgeräumt

Stillen, 7/2009

Vielen Dank für Ihren Artikel zum Thema „Stillen“, der mit einigen Mythen aufräumt und Stillen bzw. Muttermilch als das bezeichnet, was es ist – nämlich das Beste vom Besten! Der Hinweis, in der Zeit des Abstillens einen engeren BH zu tragen, um die Milchbildung zu unterdrücken, ist allerdings überholt. Dies kann eher die Ursache eines Milchstaus durch abgedrückte Milchkanäle sein, als eine brauchbare Empfehlung für Mütter.

Steffen Hardt
Fürth

Foto: eyewire

Petcycle ökologisch?

Test Mineralwasser, 7/2009

In Ihrem Mineralwassertest werden Mehrwegverpackungen mit „sehr gut“ benotet, Einwegflaschen, zu denen auch die Petcycle-Flaschen in Mehrwegkästen gehören, mit „mangelhaft“. Diese Schwarz-Weiß-Malerei ist für uns nicht nachvollziehbar. Sie selbst schreiben sinngemäß, dass Petcycle nach der Öko-Bilanz der Genossenschaft Deutscher Brunnen (GDB) zwischen Mehrweg- und echten Einwegverpackungen liegt. In der Bewertung schlägt sich dies aber nicht nieder. Dabei beruht die GDB-Bilanz – jedenfalls was PET-Einwegflaschen betrifft – auf Daten aus dem Jahr 1999. Mit dem Ziel einer stetigen Verbesserung der ökologischen Verträglichkeit hat sich bei Petcycle inzwischen viel getan. So wurde zum Beispiel das Gewicht der Flaschen deutlich reduziert, um beim Transport weniger Energie zu verbrauchen. Das Altmaterial wird aufbereitet, sodass mittlerweile jede neuwertige Petcycle-Flasche aus mindestens 50% Recyclat besteht. Wir stehen somit für ein modernes, bei Verbrauchern und Umwelt sehr gut positioniertes, weil ökologisch sinnvolles Verpackungssystem.

Arnold Wolters
Geschäftsführer Petcycle

Foto: Neuroman/sxc.hu

Anmerkung der Redaktion: Wir haben in unserem Test zur Öko-Bilanz geschrieben, dass Petcycle mit *deutlichem Abstand* hinter Mehrweg folgt, als Schlusslicht die echten Einwegflaschen – und nicht, dass Petcycle „zwischen“ Mehrweg und Einweg einzustufen ist. Die Daten der GDB-Bilanz von 1999 wurden zudem ergänzt mit neueren Daten aus 2002/2003 – die die Bilanz nicht wesentlich veränderten.

Weiter so!

ÖKO-TEST allgemein

Seit einigen Jahren kaufe ich ÖKO-TEST und freue mich jeden Monat über die Tests und auch andere Informationen. Ich bin froh, dass es ein Magazin gibt, das testet und prüft. Macht so weiter, ich finde es toll, dass es Euch gibt.

Heike Goßmann
Kaufungen

ÖKO-TEST-Magazin
Stichwort Leserbrief, Kasseler Straße 1a, 60486 Frankfurt am Main
E-Mail: redaktion@oekotest.de
Veröffentlichungen unter der Rubrik Leserbriefe stellen nicht die Meinung der Redaktion dar.

Ausgaben km

Abb. enthält Sonderausstattung.

Der Fiat Grande Punto Natural Power

ab **11.540,– Euro**[1]

FIAT-ecoplus+ BONUS

Fiat – die Automarke mit dem niedrigsten durchschnittlichen CO_2-Ausstoß in Europa.[2]

WENIGER IST GENIAL

Der Fiat Grande Punto Natural Power mit bivalentem Erdgasantrieb. Eine Tankfüllung Erdgas kostet nur 12,– Euro[3] und bringt Sie über 300 km* weit. In Kombination mit dem Benzinbetrieb kommen Sie sogar über 1 000 km* weit. **Fiat – umweltfreundliche Ideen in Serie.**

www.fiat.de

WENIGER IST MEHR, WENIGER IST BESSER, WENIGER IST GENIAL.

FIAT

NATURAL POWER

CIAOFIAT 008003428 0000 freecall

[1] Unverbindliche Preisempfehlung des Herstellers für den Fiat Grande Punto Natural Power 1.4 8V* in Höhe von 16.500 € zzgl. Überführungskosten, abzüglich des FIAT-ecoplus+ Bonus in Höhe von 2.460 € **= 14.040 €**, abzüglich der staatlichen Umweltprämie in Höhe von 2.500 € (Voraussetzung u. a.: Verschrottung eines mindestens vor neun Jahren erstmals zugelassenen Altfahrzeugs, das für mindestens ein Jahr auf den Halter in Deutschland zugelassen war, Näheres unter www.bafa.de) = 11.540 € zzgl. Überführungskosten.

[2] JATO-Studie: volumengewichteter durchschnittlicher CO_2-Ausstoß (g/km) unter Europas Top-10 der meist verkauften Automobilmarken 2008. www.jato.com

[3] Ausgehend von einem Erdgaspreis von 0,875 €/kg und dem kombinierten Durchschnittsverbrauchswert von 6,4 m³/100 km nach RL 80/1268/EWG.

* Kraftstoffverbrauch bei Erdgasbetrieb nach RL 80/1268/EWG (m³/100 km): innerorts 8,2, außerorts 5,4, kombiniert 6,4. CO_2-Emission (g/km): kombiniert 115. Kraftstoffverbrauch bei Benzinbetrieb nach RL 80/1268/EWG (l/100 km): innerorts 7,9, außerorts 5,4, kombiniert 6,3. CO_2-Emission (g/km): kombiniert 149.

Privatkundenangebot für den Fiat Grande Punto Natural Power 1.4 8V*, gültig nur für Bestellungen bis zum 30.09.2009 von nicht bereits zugelassenen Neufahrzeugen. Nachlass, keine Barauszahlung. Nur bei teilnehmenden autorisierten Fiat Händlern.

Reaktionen

Die einen verklagen uns, die anderen verbessern ihre Produkte.
Hier erfahren Sie, was unsere Tests bewirkt haben.

TEST Multinorm 21, Tabletten; Multinorm ab 50 Plus, Tabletten

ÖKO-TEST-Magazin 3/2009

Weniger ist manchmal mehr: Nach diesem Motto vertreibt Anbieter Aldi Süd seine Vitamin- und Mineralstofftabletten *Multinorm 24* jetzt als *Multinorm 21*. Da die zuvor kritisierten Mineralstoffe Kupfer, Mangan und Eisen jetzt nicht mehr enthalten sind, die Dosierungen von Vitamin A, Niacin und Zink sich an den Empfehlungen des Bundesinstituts für Risikobewertung orientieren und ein Hinweis auf der Packung angebracht ist, dass Kinder und Jugendliche unter 18 Jahren das Produkt nicht einnehmen sollten, schnellt das Gesamturteil nach oben. Die gleiche Rezepturänderung wurde bei den *Multinorm ab 50 Plus, Tabletten* vorgenommen.

Gesamturteil in beiden Fällen von „ungenügend“ auf „sehr gut“

TEST Florena Anti Falten Nachtcreme Q10

ÖKO-TEST Ratgeber Kosmetik & Wellness 9:2009

Der Zusatz von Paraffinen/Erdölprodukten/Silikonen sorgte dafür, dass wir die *Florena Anti Falten Nachtcreme Q10* um eine Stufe abwerten mussten. Nun kommt die Rezeptur ohne aus, leicht erkennbar an dem Störer „Ohne Mineralöle – Ohne Silikone“. Und wir können guten Gewissens die Bestnote vergeben.

Gesamturteil von „gut“ auf „sehr gut“

TEST Cadeavera Hair Care Shampoo dauergewelltes, coloriertes Haar

ÖKO-TEST Ratgeber Kosmetik & Wellness 9:2009

Das *Cadeavera Hair Care Shampoo dauergewelltes, coloriertes Haar*, zu finden in den Regalen der Drogeriekette Müller, enthielt in unserem großen Shampoo-Test nicht nur PEG/PEG-Derivate, sondern auch den bedenklichen UV-Filter Benzophenone-3. Inzwischen kommt das Shampoo ohne diesen UV-Schutz aus.

Gesamturteil von „ausreichend“ auf „gut“

TEST Das gesunde Plus Macrogol – schonendes Abführmittel

ÖKO-TEST-Magazin 2/2007

Macrogol-haltige Abführmittel sind sowohl als Arzneimittel als auch als Medizinprodukte im Verkehr. Der Arzneimittelstatus wird mit einer pharmakologischen Wirkung begründet, das Medizinprodukt soll physikalisch wirken. Obgleich die Einstufung an der Wirksamkeit nichts ändert, hatte ÖKO-TEST die Präparate lieber als Arzneimittel gesehen, weil für diese strengere Auflagen gelten. In einem Rechtsstreit zwischen der Firma Norgine, Anbieter des als Arzneimittels vertriebenen *Movicol*, und der Firma Dr. Kleine, die für Dm-Drogerie-Markt ein identisches Präparat als Medizinprodukt herstellt, hat das Landgericht Frankfurt den Status als Medizinprodukt bestätigt. Für ein „sehr gut“ reicht es aufgrund der zugesetzten Elektrolyte trotzdem nicht. Sie sind überflüssig, da das Abführmittel keine mit Flüssigkeitsverlust einhergehenden Durchfälle verursacht.

Gesamturteil von „ausreichend“ auf „gut“

Das Leben ist schön

Mit ***bleib gesund*** bietet ROSSMANN neben einem umfassenden Sortiment für eine bewusst gesunde Ernährung auch besonders ausgewählte Produkte zum Thema Sport und Wellness an, um so einen wichtigen Beitrag zu körperlichem Wohlbefinden und Fitness zu leisten.

bleib gesund

BLEIB GESUND
Traubenzucker
Cassis
100 g
0.79

BLEIB GESUND
Eiweiß 90
Neutraler Geschmack
350 g
5.99
(1 kg = 17,11)

BLEIB GESUND
Molke-Riegel Vanille
oder **Power-Riegel Citrus-Quark**, je 35 g
0.45
(100 g = 1,29)

NEU

BLEIB GESUND
Durstlöscher
Apfel-Traube
500 ml
0.59
(1 l = 1,18)

BLEIB GESUND
Fitness-Drink
Apfel
500 ml
zzgl. 0,25 € Pfand
0.50
(1 l = 1,–)

ROSSMANN
Mein Drogeriemarkt

WINKLER & STENZEL Werbeagentur

Anzeige

TEST Kinder Punkt Multivitamin Kraft-Trunk, Saft; Sanostol, Lutschtabletten

ÖKO-TEST Kompakt Kinderernährung 11/2008

Wegen einzelner Vitamine, die in erhöhten Mengen in den Produkten stecken, kamen der *Kinder Punkt Multivitamin Kraft-Trunk, Saft* und die *Sanostol Lutschtabletten* schon bisher nicht über eine „ausreichende“ bzw. „befriedigende“ Bewertung hinaus. Neuerdings finden sich auf den Verpackungen aber auch noch Hinweise auf Erkältungen oder Abwehrkräfte, weshalb wir beide Produkte um weitere zwei Noten abwerten. Denn die zusätzliche Einnahme von Vitamin C wirkt sich im Normalfall nicht auf das Erkältungsgeschehen aus.

Kinder Punkt Multivitamin Kraft-Trunk, Saft: Gesamturteil von „ausreichend“ auf „ungenügend“

Sanostol, Lutschtabletten: Gesamturteil von „befriedigend“ auf „mangelhaft“

TEST Baufix Dekor-Langzeitlasur

ÖKO-TEST-Magazin 4/2009

Der Hersteller informierte uns, dass er die Deklarationsmängel beseitigt habe. Auf der Dose werden nun in der Tat die Konservierungsmittel exakt benannt und eine Hotline für Isothiazolinonallergiker ist angegeben. Dadurch verbessert sich das Teilergebnis Deklaration auf „sehr gut“. Da es keine Rezepturänderung gegeben hat, ist das Teilergebnis Inhaltsstoffe aufgrund der flüchtigen Glykole weiterhin „gut“.

Gesamturteil von „befriedigend“ auf „gut“

TEST Genius Pro Wetterschutz UV-Lasur

ÖKO-TEST-Magazin 4/2009

In unserem Test wurden in der Holzlasur aus dem Toom-Baumarkt Formaldehyd/-abspalter nachgewiesen, zudem gab es Mängel in der Deklaration. Der Hersteller teilte uns nun mit, dass das Produkt verbessert worden sei. Unsere Labore fanden in einer neu eingekauften *Genius Pro Wetterschutz UV-Lasur* nur noch Spuren von Formaldehyd/-abspaltern. Die als Konservierungsmittel eingesetzten Isothiazolinonverbindungen sind nun auf der Dose genannt, ebenso wie eine Hotline für Isothiazolinonallergiker.

Gesamturteil von „befriedigend“ auf „sehr gut“

Tops und Flops

Jeden Tag kommen neue Produkte ins Regal.
Die untersuchen wir für Sie, zeigen, welche gut sind – und von welchen Neuheiten man besser die Finger lässt.

TEST Pizza: Dr. Oetker Ristorante Pizza Formaggi & Pomodori

(hh) Schon beim Betrachten der Verpackung der neuen Dr. Oetker-Pizza läuft einem das Wasser im Mund zusammen. Sie ist dick belegt mit Tomaten und ein großer weißer Ziegenfrischkäse im Vordergrund verspricht Käsegenuss. Die 5,4 Prozent Ziegenfrischkäse in der Zutatenliste muten da mager an, werden aber durch Mozzarella (6,1 %) und Edamer (6,1 %) unterstützt. Fast 40 Prozent Tomatenanteil ist ordentlich, weswegen wir die Pizza auch auf Rückstände von Pestiziden untersucht haben. Drei unterschiedliche Wirkstoffrückstände waren drin, allerdings nur in Spuren. Die von uns beauftragten Labore fanden ebenfalls nur Spuren des Fettschadstoffes 3-MCPD und keinerlei Hygienemängel. Der Geschmack wurde von Profis auch mit der Bestnote ausgezeichnet. Nur die empfohlene Zubereitungszeit war ihrer Erfahrung nach zu hoch gegriffen. Kommentar der Firma: Haushaltsübliche Herde hätten zum Teil bis zu 50 Prozent Temperaturschwankungen. Am besten also nach zehn Minuten schon mal einen Blick durch das Sichtfester des Backofens auf die Pizza werfen. Eine *Dr. Oetker Ristorante Pizza Formaggi & Pomodori* kostet 2,49 Euro.

Gesamturteil „sehr gut“

TEST Pflaster: Hansaplast Knie und Ellenbogen

(nik) In der Kurze-Hosen-Zeit müssen vor allem die Knie einiges aushalten. Für kleine Wunden reicht ein Pflaster – das schützt nicht nur vor Keimen, sondern saugt auch Blut und Wundflüssigkeit auf. Das *Knie und Ellenbogen* Pflaster von Hansaplast mit Disney-Motiven hat uns rundum überzeugt: Die Labore fanden weder bedenkliche Weichmacher noch PVC/PVDC/chlorierte Kunststoffe. Das Pflaster ist frei von halogenorganischen Verbindungen und Latexproteinen. Nitrosamine, die Krebs erregen können, wurden nur in Spuren gefunden. Eine Packung mit acht Pflastern kostet 2,95 Euro.

Gesamturteil „sehr gut“

Unfug des Monats

Zungentattoos

(mk) Kinder lieben es, sich irgendwelche bunten Bildchen auf die Haut zu rubbeln. Das ist kein kurzer Trend wie das Arschgeweih, das ist eine tiefe Leidenschaft. Was nun der tiefere Sinn der Zungentattoos ist, die man bei www.mytoys.de bestellen kann (30 Stück für 5,95 Euro), ist uns nicht so ganz klar. Erst einmal muss das Kind zehn Sekunden die Zunge herausstrecken, um „ein lustiges Lutz-Mauder-Motiv“ auf die Zunge zu bekommen. Dann kann es die Essoblaten runterschlucken. Sobald der Mund wieder zugeht, ist das lustige Lutz-Mauder-Motiv auch schon wieder weg. Und mit ihm all die Süß- und wirklich üblen Farbstoffe, die das Produkt leider enthält: Ab dem kommenden Jahr ist für Lebensmittel, die Chinolingelb und Allurarot enthalten, der Warnhinweis „kann sich nachteilig auf die Aktivität und Konzentration von Kindern auswirken“ fällig. Da hört der Spaß wirklich auf.

TEST Parfüm: Acqua Colonia Lemon & Ginger

Acqua Colonia – das klingt doch gleich viel besser als Kölnisch Wasser. Die neuen Düfte aus dem Traditionshaus 4711 kommen auch um einiges schicker daher als das alte Original. Zitrone und Ingwer – ja, so könnte der Sommer riechen. Schade nur, dass das *Acqua Colonia Lemon & Ginger* nicht ohne künstliche polyzyklische Moschus-Verbindungen auskommt. Die Stoffe reichern sich im Fettgewebe an. Außerdem enthält das Duftwasser einen UV-Filter, der im Verdacht steht, wie ein Hormon zu wirken. 170 Milliliter Eau de Cologne kosten 39,50 Euro.

Gesamturteil „mangelhaft“

WERDEN SIE STROMERZEUGER!
UND VERDIENEN SIE LANGFRISTIG SICHERES GELD.

ACHTEN SIE AUF QUALITÄT! SOLARZELLEN MIT Q.

Solarzellen des Technologieführers Q-Cells stehen für höchste Qualität. Sie sind das starke Herz Ihrer Solaranlage und machen sie besonders wartungsarm. So bleiben Ihnen Überraschungen erspart – zumindest, was Ihre Photovoltaikanlage angeht. Wir stellen unsere Solarzellen aus besten Rohstoffen her und sorgen mit intensiven Tests nach allen Produktionsschritten für die dauerhaft zuverlässige Kraft auf dem Dach. Setzen Sie auf die Qualität des Weltmarktführers und informieren Sie sich jetzt online über eine ertragreiche Zukunft.

WWW.WERDEN-SIE-STROMERZEUGER.DE

Solarmodule mit Q-Cells-Solarzellen erhalten Sie bei unseren Partnern:

IBC SOLAR

GeckoVoltaik Panels

ENERGIZED BY

Q.CELLS

TEST Bettdecke: Allnatura Baumwoll-Leicht-Steppbett „Cotone“

(mm) Es muss nicht immer Polyester oder Daunen sein: Das *Baumwoll-Leicht-Steppbett „Cotone“* des Internetanbieters Allnatura ist mit Baumwolle gefüllt und laut Anbieter besonders angenehm für warme Sommernächte. Traumergebnis: Weder im Bezug noch in der Füllung aus kontrolliert biologischem Anbau haben die von ÖKO-TEST beauftragten Labore Schadstoffe gefunden. So wurden keine umstrittenen halogenorganischen Verbindungen oder Insektizide festgestellt. In der Größe 135 x 200 cm kostet die Decke 79 Euro. Waschbar bei 60 Grad Celsius.

Gesamturteil „sehr gut“

TEST Kidzzz Digital Babyphone Babytalker 2000

(ct) Das *Kidzzz Digital Babyphone Babytalker 2000* (59,97 Euro) von Topcom funktioniert mit DECT-Technik und strahlt so nonstop mit gepulster elektromagnetischer Strahlung. Zusätzlich verursacht es in einem Meter Abstand nicht nur elektrische Wechselfelder von mehr als zehn Volt pro Meter – das ist mehr als für Computerbildschirme nach der TCO-Norm erlaubt ist – sondern strahlt auch mit einer Stärke von mehr als 100 Mikrowatt pro Quadratmeter. Damit fällt das Babyfon mit einem „ungenügend“ durch die Strahlungsprüfung. Die Techniktester bemängelten zudem die geringe Akkulaufzeit des Elternteils von 22 Stunden. Leider enthält die Platine halogenierte Flammschutzmittel und Kabel und Verpackung PVC/PVDC/chlorierte Kunststoffe.

Gesamturteil „ungenügend“

TEST Wickelunterlage: Snoozebaby Easy Changing deluxe Dolphin blue

(rol) Eine Wickelunterlage für unterwegs ist praktisch – gerade im Sommer. Die *Easy Changing deluxe Dolphin blue* von Snoozebaby besteht aus weichem Jersey- sowie Veloursmaterial und passt zusammengefaltet in eine mittelgroße Handtasche. Auch in Sachen Inhaltsstoffe wäre alles gut, hätte der Hersteller auf die bunten Etiketten und Bändel am Rand verzichtet, die das Baby beim Wickeln ablenken sollen. Darin stecken erhebliche Mengen des allergisierenden Dispersionsfarbstoffes Dispers braun 1, der in einer Wickelunterlage, die in Kontakt mit Babys Haut kommen kann, nichts zu suchen hat. Weiterer Mangel sind optische Aufheller. Problematische Azo-Farben, bedenkliche Schwermetalle und umstrittene halogenorganische Verbindungen sind dagegen nicht enthalten. Kostenpunkt: 25,95 Euro.

Gesamturteil „ausreichend“

TEST Grillsauce: Zwergenwiese Zigeuner Sauce, Bio

(hin) Grillsaucen gibt es massenhaft – aber nur selten als Bio-Variante. Wir mussten jedenfalls eine ganze Weile suchen, bis wir die Zigeunersauce von Zwergenwiese entdeckten. Die Untersuchungen im Labor fielen meist positiv aus. So trübten weder Keime noch der Verderbnisstoff Ergosterin das Bild – ein Hinweis also, dass nur einwandfreie Rohstoffe verarbeitet wurden. Lediglich der Tomatenfarbstoff Lycopin ist etwas knapp bemessen. Normalerweise lässt sich daran die Menge und Reife der eingesetzten Tomaten ablesen. Da die Zigeunersauce von Zwergenwiese 58 Prozent Tomatenmark enthält und damit ähnlich viel wie mancher Tomatenketchup, ziehen wir für den geringen Lycopingehalt eine Note ab. Die Zuckermenge liegt mit zirka 18 Gramm pro 100 Gramm im mittleren Bereich. Wer die *Zwergenwiese Zigeuner Sauce,* die auch zum Fondue schmeckt, ausprobieren möchte, zahlt 1,99 Euro pro 220-Milliliter-Flasche.

Gesamturteil „gut“

TEST Zahngel: Odol-med3 samtweiß aktiv Gel-Schaum

(ks) „Schonend weiße Zähne bis in die Zahnzwischenräume“ – die Werbung für den neuen Gel-Schaum klingt wunderbar. Ist aber ein bisschen übertrieben, denn auch Zähneputzen mit dem *Odol-med3 samtweiß aktiv Gel-Schaum* von Glaxo Smith Kline ersetzt nicht die Verwendung von Zahnseide oder Interdentalbürstchen. Das Gel aus der Dose – 100 Milliliter kosten 3,45 Euro – enthält Pentasodiumtriphosphat, das Verfärbungen anlösen soll. Aber neben PEG/PEG-Derivaten, die die Haut für Fremdstoffe durchlässiger machen können, steckt in dem Gel Natriumlaurylsulfat, ein stark schäumendes, nicht gerade mildes Tensid.

Gesamturteil „mangelhaft“

1x Ernährungs-wissen XXL, bitte!

Sie möchten für Ihre Familie eine große Portion Gesundheit mit gutem Geschmack, und das alles schnell zum Mitnehmen? Kein Problem: Der EDEKA Ernährungsservice liefert Ihnen alles sofort. Unsere geschulten Experten beantworten Ihnen gern jede Frage rund um gesunde Lebensmittel und eine ausgewogene Ernährung – zu der nicht nur Obst und Gemüse gehören. Bestellen Sie Ihre Antwort telefonisch unter 01803 333 522* oder online auf www.edeka.de. Wir freuen uns schon auf Ihre Fragen!

In Zusammenarbeit mit INSTITUT FRESENIUS

*Mo.–Sa. von 8–20 Uhr für 0,09 Euro/Min. aus dem Festnetz der Deutschen Telekom, ggf. abweichend bei Anruf aus Mobilfunknetz.

Wir lieben Lebensmittel.

EDEKA

TEST Bier

Regional schmeckt besser

Durst wird durch Bier erst schön. Doch sind die großen Marken aus der Fernsehwerbung wirklich besser als die der kleinen Regionalbrauereien? Wir haben den Test gemacht. Das Ergebnis: Spitzenbiere werden bestimmt auch ganz in Ihrer Nähe gebraut.

Foto: irisblende.de

Sie zahlen 100 Euro, werden Teilhaber einer Brauerei und bekommen jedes Jahr eine Kiste Bier. Und nach zehn Jahren kriegen Sie Ihre 100 Euro zurück. Dieses Angebot macht Ihnen Jan Opper, Geschäftsführer einer ganz kleinen Brauerei im hessischen Hinterland (das übrigens wirklich so heißt).

Zugegeben: Die Idee klingt ungewöhnlich. Aber ungewöhnlich war auch die Idee, einem Insolvenzverwalter ein soeben bankrottgegangenes Brauhaus abzukaufen. Die Vision der Gründer, die teils gemeinsam die Schulbank gedrückt hatten: Die letzte Braustätte im Landkreis muss erhalten bleiben. Die Rechnung ging auf, seit zwei Jahren fließt das Bier wieder. In einem Umkreis von 35 Kilometern rund um den Brauereischornstein steht es im Getränkemarkt ganz selbstverständlich zwischen den großen Marken – und wird gekauft, weil die Verbraucher vermehrt nach regionalen Produkten fragen.

Dafür, dass traditionelle Marken „von hier“ nicht verschwinden, hat auch Michael Ott gesorgt. Im Jahr 2001 waren dem Chef der Schussenrieder Brauerei aus Oberschwaben die Rechte an der über 400 Jahre alten Traditionsmarke Gögginger und der Bio-Marke Binger Lamm Bräu angeboten worden. Für Ott war klar, dass die Marken erhalten bleiben müssen. Ein Dutzend Produkte, darunter ein Öko-Vollmondbier und ein dunkles Bio-Bier mit dem Namen „Schwarzes Schäfle“ würde es sonst vielleicht nicht mehr geben.

Aber Traditionspflege kann auch ganz anders aussehen, wie die Brauerei Weldebräu in der Kurpfalz zeigt. Auf ein besonderes Bier, gebraut aus Rohstoffen aus der Region, habe man schon immer großen Wert gelegt, erklärt Geschäftsführer Dr. Hans Spielmann. Das Dumme nur: Im Getränkemarkt habe man das dem Produkt natürlich nicht angesehen. Warum also sollte man dafür mehr ausgeben?

Mitte der 90er-Jahre entschloss man sich zu einem radikalen Schnitt. Dass „Aus Lust und Laune“ gebraut wurde – so der Werbeslogan – sollte auch die Verpackung vermitteln: Welde füllte das Bier fortan in eine, von einem Künstler entworfene, spiralartig geschwungene Flasche, die aussieht, als würde sie tanzen. Die neue Pfandflasche war sofort Kult und ist heute mit mehreren Designpreisen ausgezeichnet. In der ersten Zeit habe

es sogar Schwierigkeiten mit dem Rücklauf gegeben, weil viele die leere Flasche als Blumenvase genutzt hätten. Auch die Szenegastronomie und die Veranstalter von Abipartys klopften auf der Suche nach einem coolen Bier zunehmend bei Welde an.

Man könnte noch viel mehr Geschichten von kleinen, jahrhundertealten Brauereien erzählen. Doch oft würden diese mit einem resignierten Geschäftsführer enden, der als Letzter das Licht ausmacht. Oder mit einem Insolvenzverwalter, der die Akte „Alte Brauerei“ zuschlägt. Denn in den vergangenen Jahren haben die kleinen regionalen Brauereien gelitten. Gab es im Jahr 2001 noch mehr als 300 Brauereien mit einer Produktion zwischen 10.000 und 100.000 Hektolitern pro Jahr, waren es im vergangenen Jahr nur noch 242.

Zwei Entwicklungen machen den kleinen Brauern Angst: der eine ist der Trend hin zur großen Marke. Der andere: Es wird überhaupt immer weniger Bier getrunken. Flossen in den 70er- und 80er-Jahren noch zwischen 140 und 150 Liter Gerstensaft jede Kehle herunter, lag der Pro-Kopf-Verbrauch zuletzt bei nur noch etwas mehr als 110 Litern pro Jahr – Tendenz weiter fallend.

Wir wollten wissen, ob es wirklich immer die große Marke sein muss, und haben getestet: Zum einen 20 große Pils-Marken, denn das bittere, schlanke Pils ist die mit Abstand am meisten getrunkene Biersorte in Deutschland. Darüber hinaus im Test: 26 vergleichsweise kleine, regionale Marken aus allen Teilen Deutschlands. Hier haben wir neben Pils auch das regional beliebte mild-süffige Helle/Export, das naturtrübe Kellerbier sowie ein paar Spezialitäten getestet. Unsere Frage: Große Marke oder kleine Regionalbrauerei – wer macht das bessere Bier?

Das Testergebnis

■ Sie können nach Lust und Laune auswählen. Denn wir können alle Biere empfehlen, sowohl die großen Marken als auch die regionalen. Nur bei einzelnen Produkten gibt es kleine Einschränkungen.

Im Wettstreit um die besten Biere liegen fünf kleine Brauereien ganz vorne

■ Die Mehrzahl der Biere ist vom Geschmack her „sehr gut“ und bekommt

Unsere Empfehlungen

✓ Mit den großen Premiummarken liegen Sie in Sachen Geschmack nie daneben, trotzdem sind Biere aus der Region ökologisch sinnvoller, da sie nicht über weite Strecken transportiert werden müssen.

✓ Preiswertes Bier gibt es auch in der Mehrwegflasche – und das in guter Qualität. Wer ein möglichst billiges Bier haben möchte, muss also nicht zu den Einwegflaschen greifen, die es im Discounter gibt.

✓ Achten Sie auf möglichst lange Mindesthaltbarkeitsdaten. Läuft das Bier schon in ein paar Wochen ab, kann es sein, dass es schon lange beim Händler steht und an Geschmack verloren hat.

Anzeige

Anzeige

DAS VOLLWERTCENTER WERZ IN IHREM NATURKOST-FACHGESCHÄFT

Liebe Eltern:

Unsere leckeren Kinderkekse sind schon für Kleinkinder ab dem 6. Monat geeignet!

Dinkel Zwerge Kekse, Dinkel Schoko Zwerge & Dinkel Rübli Häschen

werden jetzt mit Reissirup (statt mit Honig) gesüßt. Sie sind aus Vollkorn-Ur-Dinkel ohne Milch und Eier hergestellt.

NATURKORNMÜHLE WERZ
STÄFFELESWIESEN 28 • 89522 HEIDENHEIM
TEL 07321-51018 • FAX -54147 • WWW.VOLLWERTCENTER.DE

Das Grüne Band der Natur

Durch den Erwerb „Grüner Anteilsscheine" helfen Sie mit, Deutschlands längsten Biotopverbund zu erhalten. Ordern Sie die „Aktie" ohne Wertverlust. Informieren Sie sich ausführlich durch unsere kostenlose Broschüre.

Bund für Umwelt und
Naturschutz Deutschland e.V.
Am Köllnischen Park 1 · 10179 Berlin
Fax (030) 27586-440 · info@bund.net

BUND
FREUNDE DER ERDE

www.bund.net

auf einer Skala mit maximal fünf Punkten, die für sensorische Prüfungen üblich ist, Punktzahlen zwischen 4,50 und 5,00 – also Oberklasse. Die kleinen Brauereien brauchen den Vergleich mit den großen Spitzenmarken also keinesfalls zu scheuen. Mehr noch: Wenn man ganz genau auf die Punktzahlen hinter dem Komma sieht, wird's an der Spitze ganz eng – und letztlich liegen ein paar regionale Brauereien vorne: Am meisten überzeugt haben das *Ayinger Jahrhundert-Bier*, das *Pinkus Special, Bioland*, das *Hinterländer Pils*, das *Meckatzer Weiß-Gold* und das *Schussenrieder Original No.1 Museumsbier*. Erst dann kommen in der Rangliste mit *Rothaus Pils Tannenzäpfle* und *Beck's, Pils* die ersten überregional verbreiteten Marken.

■ Biere, die sensorisch nicht restlos überzeugen konnten, erreichten auf der Fünf-Punkte Skala nur Werte zwischen 4,00 und 4,49 und damit ein „gut". Das *Wicküler Pilsener* bekam noch weniger als 4,00 Punkte und muss sich hier mit der Note „befriedigend" begnügen.

Nur 4,4 % Alkohol drin statt 5,5: Da wurde auf dem Etikett gemogelt

■ 4,4 Vol.-% Alkohol hat das von uns beauftragte Labor im Bio-*Riedenburger historisches Emmerbier* analysiert. Auf dem Etikett ist aber von 5,5 Vol.-% die Rede. Eine viel zu hohe Abweichung, finden wir, und werten um eine Stufe ab. Denn auch die Lebensmittel-Kennzeichnungsverordnung erlaubt nur Abweichungen von einem halben Prozent.

So reagierten die Hersteller

■ Die Glückauf-Brauerei schickte uns einen Brief und erklärte, wir sollten die gefundenen Arsengehalte bitte

Stichwort: Individualflasche

Mehrere Brauereien, darunter Veltins, Radeberger und Bitburger, aber auch kleine Brauereien füllen Bier in Mehrwegflaschen ab, auf denen ein Schriftzug der Brauerei auf dem Glas zu erkennen ist. „Individualflasche" nennt man sie in der Getränkebranche. Von den üblichen Bierflaschen können sie sich außerdem in der Form leicht unterscheiden. Glaubt man Brancheninformationen, könnten noch weitere Brauereien Individualflaschen auf den Markt bringen, um sich von der Konkurrenz abzusetzen und dem Produkt ein unverwechselbares Aussehen zu geben. Der Handel klagt dagegen über einen höheren Sortieraufwand. Denn je mehr verschiedene Bierflaschen es gibt, desto mehr werden falsch einsortiert. Ein Problem ist das auch für kleine Brauereien ohne aufwändige Flaschenerkennungsmaschinen. So kann es schon mal vorkommen, dass Bier versehentlich in eine falsch sortierte Individualflasche einer anderen Brauerei abgefüllt wird. Eine Ökobilanz für Individualflaschen gibt es noch nicht. Auf ein im Vergleich zur Standardflasche geringeres Gewicht weist Bitburger im Zusammenhang mit seiner neuen Individualflasche hin. Pro Kiste spare man zirka ein Kilogramm. So würden zwei Paletten Bier mehr auf einen Lastwagen passen. Zudem spare man durch die leichtere Flasche wertvolle Rohstoffe ein, sie könne auch mindestens genauso oft neu befüllt werden wie eine Standard-Bierflasche. Andererseits ist fraglich, ob durch den erhöhten Sortieraufwand nicht unnötig Ressourcen verschwendet werden. So oder so: Bier von Brauereien aus der Nähe und in Mehrwegflaschen - das ist auf jeden Fall eine gute Wahl.

„nicht veröffentlichen“. Die Angabe „verunsichert den Verbraucher total“, so die Geschäftsführerin. Statt Informationen zu unterdrücken, klären wir unsere Leser aber lieber auf und weisen darauf hin, dass die gefundenen Arsenspuren bei einem normalen Bierkonsum als gesundheitlich unbedenklich einzustufen sind.

■ Der Hersteller des Produktes *Riedenburger historisches Emmerbier* erklärt den zu niedrigen Alkoholgehalt mit einer zu kurzen bzw. zu schleppenden Vergärung, die auf unterschiedliche Rohstoffqualitäten zurückzuführen sei. Um eine etwaige Überschreitung der Alkoholangabe nach oben zu vermeiden, sei die Alkoholangabe auf dem Etikett relativ hoch angesetzt.

Enno Brendgens

TEST Bier, Bio-Produkte	Neumarkter Lammsbräu Pilsner, Natur-land, Bioland	Pinkus Special, Bioland	Riedenburger historisches Emmerbier, Bioland
Anbieter	Neumarkter Lammsbräu (Naturwarenladen)	Brauerei Pinkus Müller	Riedenburger Brauhaus (Naturwarenladen)
Preis pro 500 ml in Euro	1,05	0,99	1,29
Biertyp	Pils	Helles/Export	Emmerbier
Standort der Brauerei	Bayern	Nordrhein-Westfalen	Bayern
Farbe / Aussehen / Schaum	helles Gelb / glanzklar / feinporig, stabil	strohgelb / leicht opalisierend mit etwas Bodensatz / sahnig, cremiger Schaum	sattes Bernstein / deutliche Hefetrübung / feinporig, stabil
Geschmack	etwas hopfig mit markanter Veilchennote	frischhopfig, blumiges Aroma, ausgewogener Körper mit gut eingebundener Bittere	fruchtaromatisch mit Karamell- und Kakaonoten; harmonisches Süß-/Säureverhältnis; kaum bitter
Gesamtpunktzahl Sensorik (max. 5 Punkte)	4,56	4,94	4,59
Testergebnis Sensorik (40 %)	sehr gut	sehr gut	sehr gut
Bedenkliche Schwermetalle	Spuren	nein	nein
Alkoholgehalt in Vol.-%, deklariert / gemessen	4,8 / 4,7	5,1 / 5,3	5,5 / **4,4**
Testergebnis Inhaltsstoffe (60%)	sehr gut	sehr gut	gut
Weitere Mängel	nein	nein	nein
Testergebnis Weitere Mängel	sehr gut	sehr gut	sehr gut
Anmerkungen		4)	
Gesamturteil	**sehr gut**	**sehr gut**	**gut**

Anzeige

magmabranddesign.de

Vertrauen kann man schmecken.

Richtig genießen heißt, auf die Herkunft der Zutaten zu vertrauen. Cenovis Klare Gemüsebrühen schmecken deshalb so lecker, weil wir nur das Beste aus kontrolliert biologischem Anbau auswählen. Und: Weil Sie auf jeder Packung lesen, auf welche allergenen Zutaten wir verzichten. Cenovis – gut für mich.

glutenfrei

Erhältlich im Reformhaus und Naturkosthandel

HEIRLER CENOVIS GmbH
www.heirler-cenovis.de

Test Bier

TEST Bier	Astra Urtyp	Ayinger Jahrhundert-Bier	Beck's, Pils	Bitburger Premium Pils	Dachsenfranz Kellerbier	Darmstädter Braustüb'l Pilsner
Anbieter	Bavaria - St. Pauli-Brauerei	Brauerei Aying	Inbev	Bitburger Privatbrauerei	Adlerbrauerei Zuzenhausen	Darmstädter Privatbrauerei
Preis pro 500 ml in Euro	1,44	0,95	0,87	0,68	0,90	0,80
Biertyp	Pils	Helles/Export	Pils	Pils	Kellerbier	Pils
Standort der Brauerei	Hamburg	Bayern	Bremen	Rheinland-Pfalz	Baden-Württemberg	Hessen
Farbe / Aussehen / Schaum	helles Gelb / glanzklar / feinporig, stabil	helles Gelb / glanzklar / cremig, sahnig	sehr helles Gelb / glanzklar / feinporig, stabil	sehr helles Gelb / glanzklar / feinporig, stabil	goldgelb / leicht opalisierend / feinporig, stabil	sehr helles Gelb / glanzklar / feinporig, stabil
Geschmack	etwas malzaromatisch; **Spur hefig**	kräftiges Malzaroma; voller und runder Körper	intensive, florale Hopfennote; trotz kräftiger Bittere sehr weich im Abgang	Malzaroma überwiegt; weiche milde Hopfenbittere	malzbetont mit etwas anhaltender Bittere	sehr neutral; schlank im Trunk
Gesamtpunktzahl Sensorik (max. 5 Punkte)	**4,23**	4,98	4,88	4,79	4,70	4,80
Testergebnis Sensorik (40%)	gut	sehr gut	sehr gut	sehr gut	sehr gut	sehr gut
Bedenkliche Schwermetalle	Spuren	nein	Spuren	nein	nein	nein
Alkoholgehalt in Vol.-%, deklariert / gemessen	4,9 / 5,0	5,5 / 5,5	4,9 / 4,8	4,8 / 4,7	5,2 / 5,2	4,8 / 5,0
Testergebnis Inhaltsstoffe (60%)	sehr gut	sehr gut	sehr gut	sehr gut	sehr gut	sehr gut
Weitere Mängel	nein	nein	nein	nein	nein	nein
Testergebnis Weitere Mängel	sehr gut	sehr gut	sehr gut	sehr gut	sehr gut	sehr gut
Anmerkungen						
Gesamturteil	**sehr gut**	**sehr gut**	**sehr gut**	**sehr gut**	**sehr gut**	**sehr gut**

TEST Bier	Dithmarscher Pilsener	Flensburger Pilsener	Glückauf Pilsener Premium	Graf Arco Edell Edel & Hell	Hasseröder Premium Pils	Hinterländer Pils
Anbieter	Dithmarscher Privatbrauerei	Flensburger Brauerei	Glückauf-Brauerei	Gräfliche Brauerei Arco Valley	Hasseröder Brauerei	Hinterländer Brauhaus
Preis pro 500 ml in Euro	0,91	1,05	0,60	0,71	0,86	0,83
Biertyp	Pils	Pils	Pils	Helles	Pils	Pils
Standort der Brauerei	Schleswig-Holstein	Schleswig-Holstein	Sachsen	Bayern	Sachsen-Anhalt	Hessen
Farbe / Aussehen / Schaum	sehr helles Gelb / glanzklar / feinporig, stabil	sehr helles Gelb / glanzklar / feinporig, stabil	helles Gelb / glanzklar / etwas grobporig	sehr kräftiges Gelb / glanzklar / feinporig, stabil	helles Gelb / glanzklar / feinporig, stabil	helles Gelb / glanzklar / feinporig, stabil
Geschmack	angenehm citrusartiges Hopfenflavour	rein, neutral im Geruch; kräftige Bittere	sehr neutrales Flavour; für ein Pilsbier eher geringe Bittere	intensive Malznoten; **leicht brotartig** mit deutlicher Süßnote	hopfenaromatisch mit floralen Noten	malzbetontes Flavour; weicher Körper mit gut eingebundener Hopfenbittere
Gesamtpunktzahl Sensorik (max. 5 Punkte)	4,60	4,80	4,51	**4,15**	4,84	4,93
Testergebnis Sensorik (40%)	sehr gut	sehr gut	sehr gut	gut	sehr gut	sehr gut
Bedenkliche Schwermetalle	nein	Spuren	Spuren	nein	Spuren	nein
Alkoholgehalt in Vol.-%, deklariert / gemessen	4,8 / 4,8	4,8 / 4,7	4,9 / 5,1	5,3 / 5,5	4,9 / 5,0	4,8 / 4,8
Testergebnis Inhaltsstoffe (60%)	sehr gut	sehr gut	sehr gut	sehr gut	sehr gut	sehr gut
Weitere Mängel	nein	nein	nein	nein	nein	nein
Testergebnis Weitere Mängel	sehr gut	sehr gut	sehr gut	sehr gut	sehr gut	sehr gut
Anmerkungen						
Gesamturteil	**sehr gut**	**sehr gut**	**sehr gut**	**sehr gut**	**sehr gut**	**sehr gut**

Vielfach prämiert!

Die abgebildeten Artikel wurden von Ökotest mit sehr gut bewertet.
Die Auszeichnung gilt auch für alle anderen Gewichtseinheiten.

Böklunder®
DAS WÜRSTCHEN VOM LANDE

Böklunder Plumrose GmbH & Co. KG · 24860 Böklund · www.boeklunder-plumrose.de

Test Bier

TEST Bier	Holsten Pilsener Premium	Jever Pilsener	Kaiser Original	Karlsberg Urpils	Kauzen Premium Pils	Ketterer Edel
Anbieter	Holsten-Brauerei	Friesisches Brauhaus zu Jever	Kaiser-Brauerei Geislingen	Karlsberg Brauerei	Kauzen-Bräu	Familienbrauerei M. Ketterer
Preis pro 500 ml in Euro	0,89	0,68	0,65	0,70	0,65	0,67
Biertyp	Pils	Pils	Helles	Pils	Pils	Helles/Export
Standort der Brauerei	Hamburg	Niedersachsen	Baden-Württemberg	Saarland	Bayern	Baden-Württemberg
Farbe / Aussehen / Schaum	helles Gelb / glanzklar / sahnig, cremig	sehr helles Gelb / glanzklar / feinporig, stabil	goldgelb / glanzklar / feinporig, stabil	sehr helles Gelb / glanzklar / feinporig, stabil	helles Gelb / glanzklar / feinporig, stabil	goldgelb / glanzklar / cremig, sahnig
Geschmack	neutrales Flavour; pilstypische kräftige Bittere	intensives, kräuterartiges Hopfenflavour; **leicht brotartig im Geschmack**	frischhefig, weich und mild im Trunk	frisch, hopfenaromatisch, schlanker, eleganter Körper mit pilstypischer, betonter Bittere	frischhopfig, weich im Trunk	malzaromatisch; weicher, voller Körper
Gesamtpunktzahl Sensorik (max. 5 Punkte)	4,86	4,65	4,81	4,70	4,79	4,85
Testergebnis Sensorik (40%)	sehr gut	sehr gut	sehr gut	sehr gut	sehr gut	sehr gut
Bedenkliche Schwermetalle	nein	nein	nein	Spuren	nein	nein
Alkoholgehalt in Vol.-%, deklariert / gemessen	4,8 / 4,9	4,9 / 5,1	4,9 / 5,2	4,8 / 4,9	5,0 / 5,0	5,2 / 5,4
Testergebnis Inhaltsstoffe (60%)	sehr gut	sehr gut	sehr gut	sehr gut	sehr gut	sehr gut
Weitere Mängel	nein	nein	nein	nein	**ja**	nein
Testergebnis Weitere Mängel	sehr gut	sehr gut	sehr gut	sehr gut	gut	sehr gut
Anmerkungen					1) 5)	
Gesamturteil	**sehr gut**	**sehr gut**	**sehr gut**	**sehr gut**	**sehr gut**	**sehr gut**

TEST Bier	Paderborner Pilsener	Post Pilsener Premium algovia	Pott's Prinzipal Premium Pilsener	Radeberger Pilsner	Reichenbrander Unser Helles	Rhöner Land Premium
Anbieter	Paderborner Brauerei	Post Brauerei Weiler	Pott's Brauerei	Radeberger Exportbierbrauerei	Brauerei Reichenbrand	Rhönbrauerei Dittmar
Preis pro 500 ml in Euro	0,35	1,14	0,83	0,70	0,55	0,59
Biertyp	Pils	Pils	Pils	Pils	Schankbier	Pils
Standort der Brauerei	Nordrhein-Westfalen	Bayern	Nordrhein-Westfalen	Sachsen	Sachsen	Thüringen
Farbe / Aussehen / Schaum	helles Gelb / glanzklar / feinporig, stabil	sehr helles Gelb / glanzklar / feinporig, stabil	goldgelb / glanzklar / feinporig, stabil	helles Gelb / glanzklar / feinporig, stabil	goldgelb / glanzklar / feinporig, stabil	rotgold / glanzklar / feinporig, stabil
Geschmack	sehr neutrales Flavour; weicher Körper, milder Geschmack	frischhopfig, mit leichter Citrusnote	betont malzaromatisch; für ein Pilsbier sehr voller und weicher Körper	ausgewogen hopfig-malziges Flavour; im Abgang deutliche Bittere	**leicht spelzige Aromanote, sehr schlank, fast etwas wässrig**	leicht malzaromatisch, etwas süß; für ein Pilsbier sehr geringe Bittere
Gesamtpunktzahl Sensorik (max. 5 Punkte)	4,83	**4,43**	4,81	4,85	**4,04**	**4,29**
Testergebnis Sensorik (40%)	sehr gut	gut	sehr gut	sehr gut	gut	gut
Bedenkliche Schwermetalle	nein	Spuren	nein	Spuren	Spuren	nein
Alkoholgehalt in Vol.-%, deklariert / gemessen	4,8 / 4,7	4,9 / 5,3	5,3 / 5,5	4,8 / 4,8	4,2 / 4,0	4,9 / 4,9
Testergebnis Inhaltsstoffe (60%)	sehr gut	sehr gut	sehr gut	sehr gut	sehr gut	sehr gut
Weitere Mängel	nein	nein	nein	nein	nein	nein
Testergebnis Weitere Mängel	sehr gut	sehr gut	sehr gut	sehr gut	sehr gut	sehr gut
Anmerkungen					3)	
Gesamturteil	**sehr gut**	**sehr gut**	**sehr gut**	**sehr gut**	**sehr gut**	**sehr gut**

Kirner Pils Premium	Kloster Scheyern Kloster-Gold Hell	König Pilsener	Krombacher Pils	Landsberger Premium Pils	Lübzer Pils Premium	Meckatzer Weiss-Gold	Original Oettinger Pils, Gotha
Kirner Privatbrauerei	Klosterbier-Vertrieb	König-Brauerei	Krombacher Brauerei	Brauerei Landsberg	Mecklenburgische Brauerei Lübz	Meckatzer Löwenbräu Benedikt Weiß	Brauhaus Oettingen
0,67	0,75	0,65	0,73	0,55	0,70	0,80	0,40
Pils	Helles/Export	Pils	Pils	Pils	Pils	Helles/Export	Pils
Rheinland-Pfalz	Bayern	Nordrhein-Westfalen	Nordrhein-Westfalen	Sachsen-Anhalt	Mecklenburg-Vorpommern	Bayern	Thüringen
sehr helles Gelb / glanzklar / feinporig, stabil	helles Gelb / glanzklar / feinporig, stabil	helles Gelb / glanzklar / feinporig, stabil	goldgelb / glanzklar / feinporig, stabil	sehr helles Gelb / glanzklar / feinporig, stabil	helles Gelb / glanzklar / feinporig, stabil	goldgelb / glanzklar / cremig, sahnig	helles Gelb / glanzklar / feinporig, stabil
ausgewogen hopfig-malziges Aroma; kräftige Bittere	betont malzaromatisch, leicht fruchtig; voller Körper	leicht malzig und sahniges Aroma; weicher Körper	sehr weicher und milder Geschmack, deutlich malzaromatische Geruchsnote	frisch; schlank und eleganter Körper	leicht hopfen aromatisch mit blumigen Anklängen; eher milde Bittere	angenehm malz aromatisch; runder ausgewogener Körper	sehr neutral im Geruch, etwas anhaltende Bittere im Abgang
4,85	4,81	4,58	4,71	4,78	4,78	4,93	4,58
sehr gut	sehr gut	sehr gut	sehr gut	sehr gut	sehr gut	sehr gut	sehr gut
nein	nein	nein	nein	nein	Spuren	nein	Spuren
4,8 / 4,9	5,4 / 5,6	4,9 / 4,9	4,8 / 5,0	4,9 / 4,9	4,9 / 4,9	5,2 / 5,1	4,7 / 4,9
sehr gut	sehr gut	sehr gut	sehr gut	sehr gut	sehr gut	sehr gut	sehr gut
nein	nein	nein	nein	nein	nein	nein	nein
sehr gut	sehr gut	sehr gut	sehr gut	sehr gut	sehr gut	sehr gut	sehr gut
							2)
sehr gut	**sehr gut**	**sehr gut**	**sehr gut**	**sehr gut**	**sehr gut**	**sehr gut**	**sehr gut**

Fett gedruckt sind Mängel.
Glossar: Erläuterungen zu den untersuchten Parametern finden Sie auf Seite 140.
Anmerkungen: 1) PVC/PVDC/chlorierte Kunststoffe in der Verpackung. 2) Das Produkt wird an mehreren Standorten hergestellt. Das Testergebnis bezieht sich ausschließlich auf das in Gotha hergestellte Produkt, zu erkennen an dem Hinweis auf dem Etikett „Gebraut in Gotha“. 3) Produkt ist kein Vollbier, sondern ein Schankbier mit einem Stammwürzegehalt von 10 Prozent. 4) Laut Hersteller handelt es sich bei dem Produkt um ein helles, untergäriges, naturtrübes Bier mit einem Stammwürzegehalt von über 12 Prozent und ist anderen Biertypen nicht eindeutig zuzuordnen. Trübung und Bodensatz sind bei diesem Biertyp nicht negativ zu beurteilen. 5) Laut Hersteller wurde die Verpackung des Produktes geändert. Ab der Charge mit dem Mindesthaltbarkeitsdatum 10.08.09 enthält die Verpackung laut Hersteller nun kein PVC/PVDC/chlorierte Kunststoffe mehr.
Legende: Produkte mit dem gleichen Gesamturteil

Anzeige

ÖKO-TEST HAT UNSER EIS GETESTET.
DEREN JOB MÖCHTE MAN HABEN!

Öko-Test hat es sich schmecken lassen. Wie gut wir dabei abgeschnitten haben, können sie in dieser Ausgabe nachlesen. Oder Sie probieren es einfach selbst und entdecken reinsten Eisgenuss ohne künstliche Zusätze. Nur aus besten, natürlichen Zutaten wie Bio-Sahne, Bio-Milch, Vollrohrzucker und Eiern aus Freilandhaltung. In vielen köstlichen Geschmacksrichtungen.

www.roggenkamp-organics.com

ROGGENKAMP ORGANICS®

So haben wir getestet

Der Einkauf

Vom hohen Norden bis in den tiefen Süden waren wir unterwegs. Denn regionale Biere bekommt man eben nur vor Ort, teils sogar nur ein paar Kilometer um den Brauereischornstein herum. Dabei haben wir darauf geachtet, dass möglichst aus jeder Region zumindest ein Bier aus einer kleinen Brauerei vertreten ist. Außerdem kauften wir die großen Pils-Biere ein. Dazu gehören natürlich die Marken aus der Fernsehwerbung wie Krombacher, Bitburger und Radeberger, aber auch die ebenfalls recht verbreiteten Marken Flensburger, Rothaus Pils Tannenzäpfle, Holsten, Karlsberg und Lübzer sowie die preiswerten Marken Oettinger, Sternburg, Paderborner und Wicküler.

Die Inhaltsstoffe

Nach dem Reinheitsgebot darf Bier zwar nur aus ganz wenigen, natürlichen Zutaten wie Wasser, Hopfen und Gerstenmalz gebraut werden, letztlich können im fertigen Produkt aber trotzdem unerwünschte Stoffe stecken. Gesetzliche Grenzwerte für giftige Schwermetalle wie Arsen, Cadmium oder Uran gibt es nur für das Brauwasser, nicht aber für das fertige Bier. Weil aber genau diese Stoffe zum Beispiel über Filteranlagen ins Bier gelangen können, haben wir das fertige Produkt untersuchen lassen. Außerdem auf dem Prüfstand: Der Stammwürzegehalt und der Alkoholgehalt.

Sensorik

Die von uns beauftragten professionellen Verkoster haben täglich mit Bier zu tun und erkennen auch kleinste Fehler wie Alterungsnoten, unreinen Geruch oder eine zu geringe Spritzigkeit. Die persönlichen Vorlieben klammert ein professioneller Verkoster dabei völlig aus. Maximal fünf Punkte darf jeder Tester pro Kriterium vergeben. Ein Bier, das nachher auf einen Mittelwert von 5,00 Punkten kommt, wäre also das perfekte Bier.

Die Bewertung

Natürlich muss ein Bier schmecken, aber es soll vor allem frei von problematischen Stoffen sein. Deshalb haben wir die Inhaltsstoffe etwas strenger als die Sensorik im Verhältnis 60 zu 40 bewertet.

TEST Bier	Rosen Pils Premium	Rothaus Pils Tannenzäpfle	Schaumburger Premium Pilsener
Anbieter	Rosenbrauerei Pößneck	Badische Staatsbrauerei Rothaus	Schaumburger Privat-Brauerei
Preis pro 500 ml in Euro	0,60	1,06	0,83
Biertyp	Pils	Pils	Pils
Standort der Brauerei	Thüringen	Baden-Württemberg	Niedersachsen
Farbe / Aussehen / Schaum	helles Gelb / glanzklar / fein-porig, stabil	helles Gelb / glanzklar / fein-porig, stabil	helles Gelb / glanzklar / fein-porig, stabil
Geschmack	sehr neutral; für ein Pilsbier relativ geringe Bittere	feine Hopfenblume; schlank und eleganter Körper	leicht fruchtiges Aroma; weicher, eleganter Körper; für ein Pils relativ geringe Bittere
Gesamtpunktzahl Sensorik (max. 5 Punkte)	4,53	4,90	4,53
Testergebnis Sensorik (40%)	sehr gut	sehr gut	sehr gut
Bedenkliche Schwermetalle	nein	Spuren	Spuren
Alkoholgehalt in Vol.-%, deklariert / gemessen	4,8 / 5,0	5,1 / 5,1	4,8 / 5,0
Testergebnis Inhaltsstoffe (60%)	sehr gut	sehr gut	sehr gut
Weitere Mängel	nein	nein	nein
Testergebnis Weitere Mängel	sehr gut	sehr gut	sehr gut
Anmerkungen			
Gesamturteil	**sehr gut**	**sehr gut**	**sehr gut**

sind in alphabetischer Reihenfolge aufgeführt. Unter dem Testergebnis Sensorik führt zur Abwertung um zwei Noten: Gesamtpunktzahl Sensorik von weniger als 4,00 Punkten. Bewertet wurden Reinheit Geruch (doppelt), Reinheit Geschmack (doppelt), Rezenz, Vollmundigkeit und Qualität der Bittere (doppelt). Zur Abwertung um eine Note führt: Gesamtpunktzahl Sensorik von 4,00 bis 4,49 Punkten. Bewertet wurden Reinheit Geruch (doppelt), Reinheit Geschmack (doppelt), Rezenz, Vollmundigkeit und Qualität der Bittere (doppelt). Unter dem Testergebnis Inhaltsstoffe führt zur Abwertung um eine Note: Ein gemessener Alkoholgehalt, der um mehr als 0,5 Vol.-% vom deklarierten Alkoholgehalt abweicht. Unter dem Testergebnis weitere Mängel führt zur Abwertung um eine Stufe: PVC/PVDC/chlorierte Kunststoffe in der Verpackung.

In das Gesamturteil fließen das Testergebnis Sensorik zu 40 Prozent und das Testergebnis Inhaltsstoffe zu 60 Prozent ein.

Testmethoden: Schwermetalle: Elementbestimmung mittels ICP-MS. Alkoholgehalt: Methode: Brautechnische Analysenmethoden (MEBAK) Band II, Kapitel 2.10.6.3 Biegeschwinger und NIR Messung (Anton Paar Beer Alcolyzer). Stammwürze: Methode: Brautechnische Analysenmethoden (MEBAK) Band II, Kapitel 2.10.6.3 Biegeschwinger und NIR Messung (Anton Paar Beer Alcolyzer). Sensorik: Sensorische Prüfung nach 5-Punkte-Schema (Benotung von Reinheit Geruch, Reinheit Geschmack, Rezenz, Vollmundigkeit, Qualität der Bittere); ergänzt um eine beschreibende sensorische Prüfung von Farbe, Schaum, Aussehen, Flavour (DIN 10964). PVD/PVDC/chlorierte Kunststoffe: Röntgenfluoreszenzanalyse.

Einkauf der Testprodukte: April–Mai 2009

Anbieterverzeichnis: siehe www.oekotest.de

Tests und deren Ergebnisse sind urheberrechtlich geschützt. Ohne schriftliche Genehmigung des Verlages dürfen keine Nachdrucke, Kopien, Mikrofilme oder Einspielungen in elektronische Medien angefertigt und/oder verbreitet werden.

Das spricht für die regionale Marke

Umweltschutz: Die Wege sind kurz. Bierkästen aus anderen Teilen der Republik sind nicht nur befüllt lange auf der Autobahn unterwegs – auch die Kisten mit Leergut müssen früher oder später wieder zurück zur Brauerei.

Das Geld bleibt in der Region: Statt internationale Braukonzerne zu unterstützen, bleibt Ihr Geld in Ihrer Gegend und sichert hier Arbeitsplätze. Auch beim Sport- und Kultursponsoring geben sich die kleinen Brauereien „lokalpatriotisch“: Statt des internationalen Fußballturniers oder des Fernsehkrimis unterstützen kleine Brauereien eher den örtlichen Sportverein oder den regionalen Künstlerclub.

Sortenvielfalt: Spezialitäten wie Dampfbier, Dinkelbier, dunkles Bier etc. gibt es oft nur von kleineren Brauereien. Große Brauereien beschränken sich oft auf Pils und Weizenbier.

Schussenrieder Original No 1 Museumsbier	Sternburg Pilsener	Störtebeker Pilsener	Veltins Pilsener	Warsteiner Premium Verum	Welde No. 1 Premium Pils	Westheimer Premium Pilsener	Wicküler Pilsener
Schussenrieder Erlebnisbrauerei	Sternburg Brauerei	Stralsunder Brauerei	Brauerei C. & A. Veltins	Warsteiner Brauerei	Privatbrauerei Weldebräu	Stolberg'sche Brauerei Westheim	Wicküler Brauerei
0,80	0,38	0,64	0,70	0,68	1,21	0,83	0,55
Kellerbier	Pils	Pils	Pils	Pils	Pils	Pils	Pils
Baden-Württemberg	Sachsen	Mecklenburg-Vorpommern	Nordrhein-Westfalen	Nordrhein-Westfalen	Baden-Württemberg	Nordrhein-Westfalen	Nordrhein-Westfalen
strohgelb / leicht opalisierend / feinporig, stabil	helles Gelb / glanzklar / sahnig, cremig	sehr helles Gelb / glanzklar / feinporig, stabil	sehr helles Gelb / glanzklar / feinporig, stabil	sehr helles Gelb / glanzklar / feinporig, stabil	helles Gelb / glanzfein / feinporig, stabil	helles Gelb / glanzklar / feinporig, stabil	helles Gelb / glanzklar / feinporig, stabil
kellerfrisch; betont malzaromatisch, leichte Süße	**etwas spelziges Flavour; harte Bittere**	sehr neutral im Geruch; eher milde Bittere	leicht hopfenaromatisch mit kräftiger, pilstypischer Bittere	leicht malzaromatisch, für ein Pils sehr mild und wenig bitter	deutlich hopfenaromatisch; **geringe Alterungsnote**	frisch, weiche und angenehme Bittere	**brotartiges Flavour und etwas anhängende Bittere**
4,91	**4,13**	4,69	4,74	4,85	**4,23**	4,81	**3,88**
sehr gut	gut	sehr gut	sehr gut	sehr gut	gut	sehr gut	befriedigend
nein	nein	nein	Spuren	nein	Spuren	nein	Spuren
4,7 / 4,8	4,9 / 4,8	4,9 / 4,9	4,8 / 4,8	4,8 / 4,9	4,8 / 4,7	4,8 / 5,1	4,9 / 4,8
sehr gut	sehr gut	sehr gut	sehr gut	sehr gut	sehr gut	sehr gut	sehr gut
nein	nein	nein	nein	nein	**ja**	nein	nein
sehr gut	sehr gut	sehr gut	sehr gut	sehr gut	gut	sehr gut	sehr gut
					1)		
sehr gut	**sehr gut**	**sehr gut**	**sehr gut**	**sehr gut**	**sehr gut**	**sehr gut**	**gut**

Anzeige

TEST Schokoladeneis

Ganz schön cool

Foto: AVAVA/Fotolia.com

Viele Sorten Schokoeis im Test sind mit Aroma aufgepeppt, doch gesundheitsschädliche Stoffe stecken in keinem Produkt. Alle Eissorten schneiden mit „gut“ oder „sehr gut“ ab.

Guido Jörg macht Eis, seit er zehn Jahre alt ist. Die Eismaschine, mit der er seine Karriere begann, funktioniert immer noch, obwohl Jörg inzwischen 40, studierter Innenarchitekt, und seit gut einem Jahr Unternehmer in der Eisbranche ist.

Im vierköpfigen Gründungsteam der Firma Healthy Planet kümmert sich Jörg um die Rezepturen für Bio-Eis, welches unter der Marke *DasEis* (www.daseis.eu) verkauft wird. Das Konzept hat einen hohen Anspruch: Leckeres, gesundes und edles Eis herstellen – und zwar ohne jegliche Zusatzstoffe und Aromen, aber unter Berücksichtigung sämtlicher ökologischer Aspekte. Dazu gehören Bio-Rohstoffe wie Milch, Sahne und Bio-Früchte aus der Region, eine atomstromfreie Produktion mit Wasserkraft, kompostierbare Becher und Löffel sowie die ausschließliche

Verwendung von Recyclingglas. „Da zieht es schon mal in der Magengrube, wenn eine Mutter fünf Löffel in einen Becher Eis steckt, damit alle Kinder naschen können“, erzählt Jörg mit einem verschmitzten Lächeln auf den Lippen. „Schließlich kostet ein Löffel fünf Cent. Normale Plastiklöffel gäbe es dafür ungefähr in 100-facher Menge.“ Doch Jörg ist geduldig mit seinen Kunden und sucht das Gespräch mit ihnen. „Viele wollen nachhaltig handeln, wissen oft aber gar nicht genau wie. Wir zeigen und tun es“, so Guido Jörg.

DasEis wird in Wiesbaden gemacht, in eigenen Eisdielen, und neuerdings auch im Becher für zu Hause verkauft. In Kürze steht die Entscheidung an, ob und in welchem Umfang das Unternehmen wachsen will. Denn der hohe Anspruch an Nachhaltigkeit soll auf gar keinen Fall darunter leiden. So werden die Speditionsunternehmen, die das Eis zu ausgewählten Partnern in ganz Deutschland transportieren, jetzt schon nach umweltverträglichen Kriterien wie CO_2-Neutralität ausgewählt.

In der Anfangszeit hat Bio-Eisspezialist Jörg die erforderlichen Maschinen auch gebraucht gekauft und so manche Überraschung bei Kollegen erlebt. Da standen teilweise Pulver verschiedener Geschmacksrichtungen in den Regalen, auf die nur noch Wasser oder Milch aufgeschüttet wird – und fertig ist das Einheitseis. Der Kunde vorne im Verkaufsraum geht selbstverständlich von einem handwerklich hergestellten Produkt aus.

Dr. Annalisa Carnio, Pressesprecherin vom Verein Uniteis stellt klar, dass für die Mitglieder ihres Vereins Tütenware nicht in die Eismaschine kommt. Der Verein Uniteis hat um die 1.200 italienische Mitglieder, die sich eine traditionelle Herstellung mit frischen Zutaten auf die Fahnen schreiben. Allerdings kennt auch Frau Carnio viele Fälle in der Branche, in denen Halbfertigprodukte verkauft werden, als wären sie frisch hergestellt. „Manche holen sogar Eis aus der Metro und verkaufen es als selbst gemacht und für den doppelten Preis“, so Carnio. Da bleibt uns Leckermäulern vorerst nur, den Eismann unseres Vertrauens tief in die Augen zu schauen und zu fragen, wie und woraus er das Eis macht. Angesichts der happigen Preise – in vielen Städten muss man mittlerweile 80 Cent für die Kugel auf die Theke legen – fühlt man sich durch derartiges Geschäftsgebahren aber doch kräftig über den Tisch gezogen.

Immerhin: Auf den von uns getesteten Haushaltspackungen Schokoladeneis steht zumindest immer drauf, was drin ist. Auch wenn man es manchmal nicht darin vermuten würde. Wir haben aktuell zur Sommerhochsaison 19 Sorten Schokoeis, darunter drei in Bio-Qualität, von Fachlaboren auf die Zusammensetzung und auf Schadstoffe testen lassen. Auch geschmacklich mussten sich die Eissorten auf dem Gaumen professioneller Tester bewähren.

Das Testergebnis

■ ... fällt sehr erfreulich aus: Geschmacklich konnten viele Eismarken überzeugen.

Anzeige

Tee Gschwendner

Ostfriesische Blatt-Mischung

Schwarzer Tee Nr. 185
Typische Assam-Blattmischung, würzig-aromatisch. Im Vergleich etwas leichter als die Broken-Mischung.

Preis 100 g:
€ 3,95

Tee Gschwendner

Diese Mischung und über 300 weitere Teesorten finden Sie unter
www.teegschwendner.de
Wo Ihr nächstes Fachgeschäft ist, erfahren Sie ebenfalls dort oder unter Tel. 02225 / 92 14 0.

Kompakt

Wie wird Eis hergestellt?
Die vorgemischten Zutaten werden unter hohem Druck in kleine, feine Bestandteile zerlegt. So bekommt das Eis einen gleichmäßigen Schmelz. Im Anschluss wird die Eismasse kurz auf zirka 75 Grad Celsius erhitzt und dann auf vier Grad heruntergekühlt. Im sogenannten Freezer gefriert das Eis an den Wänden, wo es von rotierenden Messern ständig wieder abgeschabt und gerührt wird und so Luft aufnimmt. Erst durch den Luftaufschlag entsteht die für Eis typische cremig-lockere Konsistenz. Mit minus vier bis acht Grad Celsius, wandert das Eis in seine Verpackung und bekommt bei –40 Grad im Kältetunnel die gewünschte Härte. Gelagert wird es dann bei –18 Grad.

Wozu sind Zusatzstoffe gut?
Mono- und Disaccharide von Essigsäureestern (E 471) fördern den Lufteinschlag ins Eis. Guarkernmehl (E 412) und Johannisbrotkernmehl (E 410) dienen als Verdickungsmittel, setzen die Eiskristallbildung herab und verbessern die Abschmelzeigenschaften.

Beruf Speiseeishersteller
Bis jetzt sind viele Speiseeishersteller, die oft aus Italien kommen, auch dort ausgebildet worden. Seit 2008 werden nun auch in Deutschland Speiseeishersteller ausgebildet. Azubis lernen in zwei Jahren verschiedene Eissorten, Waffeln, Biskuit und Eistorten zuzubereiten und natürlich den Umgang mit Kunden.

Speiseeismarkt Deutschland
Rund acht Liter Speiseeis schleckten und löffelten die Deutschen im vergangenen Jahr. Schoko kommt nach Vanille an zweiter Stelle auf der Beliebtheitsskala. Industriell hergestelltes Markeneis macht vom Gesamtvolumen 80,9 Prozent aus, Eis auf die Hand und im Restaurant 15,9 Prozent und Softeis 3,2 Prozent.

Eisvielfalt
Mehr als 70 verschiedene Geschmacksrichtungen findet man in deutschen Tiefkühltruhen. Vom Klassiker mit Vanille, Schokolade und Erdbeere bis hin zu exotischen Varianten wie Mango, Zitrone, Papaya oder Maracuja.

Gentechnisch veränderte Bestandteile, den Fettschadstoff 3-MCPD-Fettsäureester, Cadmium sowie Keime fanden die beauftragten Labore allenfalls in Spuren.

■ In manchen Eissorten ist mehr Luft als Eismasse. *Romanza Cioccolate Schokoeis* bringt es zum Beispiel auf 125 Prozent, die kompakten, schweren Eissorten wie *Häagen-Dazs Choc Choc Chip* nur auf 25 Prozent. Ein gewisser Luftaufschlag ist notwendig und auch gewünscht, damit das Eis schön cremig wird. Wie viel ist aber Geschmackssache: Manche mögen es luftig, andere kompakt. Deshalb bewerten wir den Luftaufschlag nicht. Das Sympathische: Bei 100 Prozent Luftaufschlag nimmt man auch nur halb so viel Kalorien, Fett und Zucker zu sich. Aber die Hersteller können mit viel Luft auch Geld sparen.

In vielen Sorten steckt kaum noch Milchfett. Angeblich wollen die Verbraucher das so

■ Milch, Sahne, Zucker, Schokolade und Eigelb zum Binden: Das sind die traditionellen Zutaten für Schokoladeneis. In neun der getesteten konventionellen Produkte steckt zwar entrahmte Milch, aber kaum noch Milchfett. Das wird zum großen Teil durch Pflanzenfett ersetzt. Jutta Bednarz vom Nestlé-Konzern erklärt, das würde auf Wunsch der Verbraucher passieren. Die wollen kein buttriges, schweres Eis mehr, sondern leichte Konsistenzen. Unser Test zeigt aber, dass man die auf traditionelle Art und Weise mit Milchfett auch bestens hinbekommt. Pflanzenfett ist allerdings billiger.

Wenn sich ein Produkt Eiscreme nennt, sollte es nach den Leitsätzen für Speiseeis mindestens zehn Prozent Milchfett enthalten. Das erfüllen alle so ausgelobten Produkte. Aldi Nord deklariert sein Eis zwar korrekt als *Premium Eis Schokolade, mit Sahne verfeinert,* weil es hauptsächlich Pflanzenfett enthält. Doch der Markenname heißt *Mucci Eiskrem*. Ein Widerspruch, den wir als Deklarationsmangel abwerten. Die *Noblissima Choco & Cream* nennt sich im Kleingedruckten Sahne-Eiskrem. Schokoladen-Eiscreme mit Sahne wäre aber korrekt, denn Sahneeis sollte laut den Leitsätzen 18 Prozent Milchfett enthalten, was nicht erfüllt wird.

Hammerhart: An hochwertigen Zutaten wird gespart, dafür kommen Aromastoffe ins Eis

■ Mit Ausnahme von *Häagen-Dazs Choc Choc Chip* verwenden die Anbieter konventioneller Eissorten meistens gleich mehrere Zusatzstoffe, um eine gleichbleibende Qualität zu sichern. Knapp die Hälfte der Produkte – darunter auch das Bio-Eis von Plus – ist mit Aroma aufgepeppt. Von einem Schokoeis erwartet man allerdings, dass der leckere Geschmack aus guten Zutaten kommt.

■ Professionelle Tester prüften Aussehen, Konsistenz/Mundgefühl und Geschmack des Schokoladeneises. Sehr häufig waren sie sehr zufrieden. Nur selten traten kleine Mängel auf. *K-Classic Schokolade Eiscreme* hatte beispielsweise einen leicht künstlichen Beigeschmack, *Noblissima Choco & Cream*, *Demeter Gildo Rachelli Gelato Al Cacao Schokoladeneiscreme* sowie *Roggencamp Organics Feinste Bio-Eiscreme Schokolade* zu flache Schokoladennoten.

Mit dem Geschmack waren die Tester weitestgehend zufrieden. Nur selten war er ein bisschen flach

So reagierten die Hersteller
Von Lidl fanden wir zwei unterschiedliche Ausführungen des *Noblissima Choco & Cream* im Handel. Die silbergraue Verpackung sei ganz sicher aktuell bis zum Jahresende, hieß es da. Während des Testverlaufs bekamen wir dann wieder die Nachricht, dass jetzt ausschließlich das blaue Design auf dem Markt sei. Immerhin: Auf der neuen, blauen Verpackung heißt das Eis inzwischen korrekt Schokoladeneiscreme.

Hella Hansen

Unsere Empfehlungen

✓ Die gängigen Bechergrößen sind 500 und 1.000 Milliliter (ml). Aber auch 900 ml (*Rewe Choco Chip Schokoladeneis, Mövenpick Chocolate Chips Conchiertes Premium Eis, Langnese Cremissimo Schokolade*) kommen im Outfit von 1.000 ml daher. Deshalb: Unbedingt aufs Etikett und den angegebenen Grundpreis achten.

✓ Wer Produkte mit Milchfett möchte, sollte solche mit der Bezeichnung „Eiscreme“ auswählen. Wenn im Produktnamen nur Eis auftaucht, ist höchstwahrscheinlich Pflanzenfett drin.

✓ Milchfett gilt als ernährungsphysiologisch wertvoller als billiges Pflanzenfett. Weil Speiseeis eine Süßigkeit ist und nur in Maßen genossen werden sollte, hält Frau Professor Ursel Wahrburg von der Fachhochschule Münster, Fachbereich Oecotrophologie, diesen Effekt allerdings für wenig relevant.

TEST Schokoladeneis, Bio-Produkte	Demeter Gildo Rachelli Gelato Al Cacao Schoko-ladeneiscreme	Roggenkamp Organics Feinste Bio-Eiscreme Schokolade	Bio Bio Eiskrem Schokolade
Anbieter	Rachelli Italia (Naturwarenladen)	Roggenkamp Organics	Plus
Preis pro Liter in Euro	13,52	9,98	3,98
Luftaufschlag in Prozent	53	41	75
Fettgehalt in Gewichtsprozent	11,0	20,7	12,3
Zuckergehalt in Gewichtsprozent	22,5	25,7	16,3
Milchfett in Gewichtsprozent	11,0	12,9	12,3
Pflanzliches Fett	nein	nein	nein
Gentechnisch veränderte Bestandteile	nein	nein	nein
3-MCPD-Fettsäureester	n.u.	n.u.	n.u.
Aroma	nein	nein	**ja**
Testergebnis Inhaltsstoffe (60 %)	sehr gut	sehr gut	gut
Geschmack	harmonische, deutliche Süße, **etwas flache Schokonote; nicht ganz abgerundet**	Schokostücke sahnige Schokonote, **Eismix flach schokoladig, eher kakaoig-herb, Beigeschmack nussig**	sehr schokoladiger Geschmack, leicht herbe Zartbitternote, abgerundet
Sensorik-Endnote, gewichtet, maximal 5 Punkte	**4,76**	**4,71**	5,00
Testergebnis Sensorik (40 %)	gut	gut	sehr gut
Anmerkungen	4)	2)	
Gesamturteil	**sehr gut**	**sehr gut**	**gut**

Fett gedruckt sind Mängel

Abkürzungen: n.u. = nicht untersucht, weil sich dieser Parameter durch die Zusammensetzung des Produkts erübrigt.

Glossar: Erläuterungen zu den untersuchten Parametern finden Sie auf Seite 140.

Anmerkungen: 1) Das Produkt wird unter dem Markennamen *Mucci Eiskrem* verkauft, enthält aber nur 1 Prozent Milchfett. 2) Laut Anbieter wird auf neuen Verpackungen der Hinweis vermerkt sein, dass das Eis 15 Minuten vor dem Verzehr angetaut werden sollte. 3) Laut Anbieter ist das Produkt zwischenzeitlich in veränderter Verpackung im Handel. Die internationale Ausstattung wird bis Ende des Jahres auf eine rein deutsche Verpackung umgestellt. 4) Preisberechnung beruht auf einem Gebinde von 125 ml. 5) Laut Anbieter ist das Schokoladeneis rezepturgleich mit dem Schokoladeneis von Gut & Günstig/Edeka. 6) Das Produkt wird als Sahne-Eiscreme bezeichnet, enthält aber nur 11,9 % Milchfett.

Legende: Produkte mit gleichem Gesamturteil sind in alphabetischer Reihenfolge aufgeführt. Unter dem Testergebnis Inhaltsstoffe führt zur Abwertung um eine Note: Aromenzusatz. Unter dem Testergebnis Sensorik führt zur Abwertung um eine Note: Sensorik-Endnote, gewichtet von 4,50 bis 4,99. Unter dem Testergebnis Weitere Mängel führt zur Abwertung um zwei Noten: Ein Produkt, das unter dem Markennamen *Mucci Eiskrem* verkauft wird, aber nur 1 Prozent Milchfett enthält. Zur Abwertung um eine Note führt: Bezeichnung Sahne-Eiskrem, wenn es sich zwar um Eiskrem mit einem hohen Anteil an Sahne handelt, nicht aber um Sahneeis, das laut Leitsätzen für Speiseeis 18 Prozent Milchfett enthalten sollte. In das Gesamturteil gehen das Testergebnis Inhaltsstoffe zu 60 Prozent und das Testergebnis Sensorik zu 40 Prozent ein. Die Noten werden kaufmännisch gerundet. Ein Testergebnis Weitere Mängel, das „befriedigend" ist, verschlechtert das Gesamturteil um eine Note.

Testmethoden: Luftaufschlag: SLMB Kap. 9 2.2. Gesamtfett: ASU L 44.00-4. Zucker: in Anl. an ASU L 31.00-11, Luff-Schorl. Buttersäuremethylester: in Anl. an ASU L 17.00-12. Milchfett: berechnet mit einem mittleren Gehalt bzw. Mindestgehalt an Buttersäuremethylester in Milchfett von 3,7 g/100 g bzw. von 3,4 g/100 g. Theobromin: ASU L 18.00-16, modifiziert, mittels HPLC. Coffein: ASU : 18.00-16, modifiziert, mittels HPLC. Methylxanthine: ASU : 18.00-16, modifiziert; der Gehalt an Methylxanthine ergibt sich aus der Summe von Theobromin und Coffein. Fettfreie Kakaotrockenmasse: berechnet mit einem mittleren Gehalt bzw. Mindestgehalt an Methylxanthinen in der fettfreien Kakaotrockenmasse. 3-MCPD/MZPD-Ester, berechnet als 3-MCPD: Methode der CVUA Stuttgart mittels GC/MS „Bestimmung von 3-MCPD nach Freisetzung durch Umesterung mit Natriummethylat". Cadmium: Aufschluss nach DIN EN 14084, Messung in Anl. an ASU L 00.00-19/3. Nachweis von gentechnisch veränderten Bestandteilen: Qualitativer Nachweis: Extraktion in Anlehnung an § 64 LFGB; Analyse mit konventioneller- oder Real-Time-PCR mit 45 oder 50 Zyklen. Dabei wurden die Produkte im ersten Schritt mit zwei allgemeinen Screeningstests (35S CaMV Promotor, NOS Terminator) analysiert. Gesamtkeimzahl: ASU L 42.00-2. Coliforme Keime: ASU L 42.00-2. E. Coli: ASU L 06.00-36, modifiziert. Koag.-pos. Staphylokokken: ASU L 00.00-55. Salmonellen: ASU L 42.00-4 (Durchf. gemäß L 00.00-20). Listeria monocytogenes: ASU L 00.00-22. Enterobacteraceen: ISO 21528-2:2004. Hefen, Schimmelpilze: ASU L 02.00-10 (Durchf. gemäß L 01.00-37). Sensorische Beurteilung: Nach DLG-Prüfschema für Speiseeis mit und ohne flüssige, pastenartige oder feste Zugaben (2009). Die Gewichtung der einzelnen Merkmale erfolgte nach folgendem Schema: Aussehen x 4, Gefüge x 4, Geschmack x 6. PVC/PVDC/chlorierte Kunststoffe: Röntgenfluoreszenzanalyse.

Einkauf der Testprodukte: Mai 2009.

Anbieterverzeichnis: www.oekotest.de

Tests und deren Ergebnisse sind urheberrechtlich geschützt. Ohne schriftliche Genehmigung des Verlages dürfen keine Nachdrucke, Kopien Mikrofilme oder Einspielungen in elektronische Medien angefertigt und/oder verbreitet werden.

Anzeige

Milchzucker-Intoleranz?

Lactrase®

Die Nummer 1* in der Apotheke

Endlich können Sie **Milch, Sahne, Eiscreme, Joghurt** und **Käse** wieder genießen! **Lactrase** enthält 3300 FCC Einheiten/Kaps. und als **Lactrase plus** 9000 FCC-Einheiten/Kaps. des Enzyms Lactase. Dieses natürliche Enzym spaltet den in Milchprodukten enthaltenen Milchzucker in seine leicht verwertbaren Bestandteile.

Lactrase ist ein preiswerter Klassiker und in folgenden Handelsformen erhältlich: **Lactrase** (100 Kaps.), **Lactrase vegetarisch** (100 Kaps.) und **Lactrase plus** (30 und 60 Kaps.). Pro Natura GmbH, Postfach 18 03 08, 60084 Frankfurt, Telefax 069-55 74 36, www.lactrase.de

*laut IMS OTC® Report und IMS® GesundheitsMittelStudie (GMS)

Test Schokoladeneis

So haben wir getestet

Der Einkauf
Schokoladeneis wollten wir einkaufen, fanden unter diesem Namen aber sehr viele unterschiedlich zusammengesetzte Produkte: Mit und ohne Schokoladenstückchen, mit Kakaomasse und/oder -pulver, hauptsächlich mit Milch- oder Pflanzenfett sowie mit und ohne Aromastoffe.

Die Inhaltsstoffe
Eis ist eine Süßigkeit, weshalb uns der Fett- und Zuckergehalt der Produkte interessiert hat. Auch den Anteil an Kakaobestandteilen haben wir überprüfen lassen, um den Gehalt an geschmacksgebenden Stoffen mit der Sensorikprüfung zu vergleichen. Da die meisten Eissorten Sojalecithin als Emulgator enthalten, haben wir sie auf gentechnisch veränderte Bestandteile untersuchen lassen. Diejenigen, bei denen Pflanzenfett in der Zutatenliste auftaucht, wurden auf den Fettschadstoff 3-MCPD geprüft, denn hinter der Bezeichnung Pflanzenfett versteckt sich häufig raffiniertes Palm- oder Kokosfett, die zur Bildung von 3-MCPD neigen. Bei einigen Produkten mit hohem Schokoladenanteil überprüften unabhängige Labore auch den Cadmiumgehalt in der Schokolade. Die Kakaopflanze neigt dazu, das giftige Schwermetall aus dem Boden aufzunehmen. Um die einwandfreie Hygiene zu testen, wurden die Eissorten auf diverse Keimarten untersucht. Aromen werden den Schokoeisen zugesetzt, um Rohstoffschwankungen auszugleichen.

Sensorik
Sieht das Eis lecker aus, zergeht es cremig auf der Zunge und hinterlässt es dort auch einen harmonisch-abgerundeten Schokoladengeschmack? Das prüften drei professionelle Eisesser ohne zu wissen, welches Eis sie vor sich haben. Die Info, ob es Bio ist oder nicht, müssen sie allerdings bekommen, weil im Bio-Bereich ganz bewusst mit anderen Rezepturen und häufig ohne Zusatzstoffe gearbeitet wird – das Eis also auch anders schmeckt als konventionell hergestelltes.

Die Bewertung
In der Tabelle gibt es viele Informationen, die wir nicht bewertet haben. Etwa den Zucker- und Fettgehalt oder den Luftaufschlag. Da muss jeder Verbraucher selbst entscheiden, wie viele Kalorien er sich zutraut und ob er das Eis eher cremig oder lieber fest haben möchte. Nur für den Zusatz von Aroma sowie leichte Sensorik- und Deklarationsmängel gab es Punktabzug.

TEST Schokoladeneis	Ben & Jerry's Chocolate Fudge Brownie Ice Cream	Bofrost Schokosplitter Schoko-Eis	Botterbloom Schokoladeneis
Anbieter	Unilever	Bofrost (Direktvertrieb)	R&R Ice Cream
Preis pro Liter in Euro	10,98	4,12	0,99
Luftaufschlag in Prozent	31	71	118
Fettgehalt in Gewichtsprozent	12,0	12,8	7,5
Zuckergehalt in Gewichtsprozent	27,2	26,4	20,8
Milchfett in Gewichtsprozent	11,3	0,9	0,6
Pflanzliches Fett	nein	ja	ja
Gentechnisch veränderte Bestandteile	nein	nein	nein
3-MCPD-Fettsäureester	n.u.	Spuren	Spuren
Aroma	nein	nein	nein
Testergebnis Inhaltsstoffe (60 %)	sehr gut	sehr gut	sehr gut
Geschmack	sehr schokoladig, kakaoig, ausgewogener Schokoladencharakter	vollmilchschokoladig, harmonisch, abgerundet	**mehr milchbetont, einseitig nach Kakao, eher toffee-ähnlich, nicht ganz ausgewogen**
Sensorik-Endnote, gewichtet, maximal 5 Punkte	5,00	5,00	**4,62**
Testergebnis Sensorik (40 %)	sehr gut	sehr gut	gut
Weitere Mängel	nein	nein	nein
Testergebnis Weitere Mängel	sehr gut	sehr gut	sehr gut
Anmerkungen			
Gesamturteil	**sehr gut**	**sehr gut**	**sehr gut**

TEST Schokoladeneis	Eismann Coolinaria Belgische Schokolade Eiskrem, Best. 0521	Landliebe Schokoladen Eiscreme	Langnese Cremissimo Schokolade
Anbieter	Eismann (Direktvertrieb)	Landliebe	Unilever
Preis pro Liter in Euro	6,95	3,45	2,77
Luftaufschlag in Prozent	77	121	94
Fettgehalt in Gewichtsprozent	14,2	12,9	11,2
Zuckergehalt in Gewichtsprozent	23,6	25,3	25,3
Milchfett in Gewichtsprozent	11,3	10,6	0,8
Pflanzliches Fett	nein	nein	ja
Gentechnisch veränderte Bestandteile	nein	nein	nein
3-MCPD-Fettsäureester	n.u.	n.u.	Spuren
Aroma	**ja (in Schokolade)**	**ja**	**ja**
Testergebnis Inhaltsstoffe (60 %)	gut	gut	gut
Geschmack	kräftig herbe Zartbitternote	Schokostücke: kräftige Zartbitternote, Grundmix: Sahne-/Karamellnote, ausgewogen	sahniger Geschmack, zart-herbe Schokoladennote, Schokostückchen: Zartbitternote
Sensorik-Endnote, gewichtet, maximal 5 Punkte	5,00	5,00	5,00
Testergebnis Sensorik (40 %)	sehr gut	sehr gut	sehr gut
Weitere Mängel	nein	nein	nein
Testergebnis Weitere Mängel	sehr gut	sehr gut	sehr gut
Anmerkungen			
Gesamturteil	**gut**	**gut**	**gut**

Häagen-Dazs Choc Choc Chip	K-Classic Schokolade Eiscreme	Rewe Choco Chip Schokoladeneis	Rios Premium Schokolade Schokoladeneis	Romanza Cioccolate Schokoeis
General Mills	Kaufland	Rewe	Penny	Netto Marken-Discount
10,98	1,39	2,43	1,39	1,39
25	127	111	103	125
18,3	12,0	10,5	9,7	11,2
21,6	20,9	24,5	22,9	23,0
15,1	10,9	2,3	0,3	0,8
nein	nein	ja	ja	ja
nein	nein	nein	nein	nein
n.u.	n.u.	Spuren	Spuren	Spuren
nein	nein	nein	nein	nein
sehr gut	sehr gut	sehr gut	sehr gut	sehr gut
Schokostücke: deutliche Zartbitternote und sahnig; Eis nach Vollmilchschokolade, leichter Milchcharakter	Schokostücke herb, Eismix herb, **leicht künstlicher Beigeschmack**	Schokoblättchen und Eismix: Zartbitternote, herb- schokoladig, süß	kräftig schokoladig, Schokoladenstücke zart- herb, sahnig	Eismix kräftig herb-schokoladig-kakaoig, abgerundete leichte Süße, sahnig, Schokostücke: kräftige Zartbitternote
5,00	**4,76**	5,00	5,00	5,00
sehr gut	gut	sehr gut	sehr gut	sehr gut
nein	nein	nein	nein	nein
sehr gut	sehr gut	sehr gut	sehr gut	sehr gut
				5)
sehr gut	**sehr gut**	**sehr gut**	**sehr gut**	**sehr gut**

Mövenpick Chocolate Chips Conchiertes Premium Eis	Mucci Eiskrem Premium Eis Schokolade Mit Sahne verfeinert	Noblissima Choco & Cream Sahne-Eiscreme	Sanobub Eiskrem Schokolade	Tip Premium Eis Schokolade
Nestlé / Schöller	Aldi Nord	Lidl	Humana Milchunion	Real/Extra
2,21	1,39	4,58	1,39	1,39
76	110	33	117	109
8,1	11,5	14,4	12,6	11,1
25,7	24,1	24,9	22,7	23,3
0,9	1,0	11,9	10,5	0,9
ja	ja	nein	nein	ja
nein	nein	nein	nein	nein
Spuren	Spuren	n.u.	n.u.	Spuren
ja (in Kuvertüre)	nein	**ja**	**ja**	**ja**
gut	sehr gut	gut	gut	gut
kräftig schokoladig, abgerundet, Schokostücke zart-herb	anhaltend kräftig herb-schokoladig, **leicht unharmonisch, erst kakaoig, dann süß**	leichte Süße, **flache Schokoladennote**	schokoladig-kakaoig, sahnig, abgerundete Süße, Schokostücke mit Zartbitternote und leichter Nougatnote	herb-schokoladig, **unharmonisch durch süßen Nachgeschmack, langanhaltende Süße**
5,00	**4,86**	**4,62**	5,00	**4,86**
sehr gut	gut	gut	sehr gut	gut
nein	**ja**	**ja**	nein	nein
sehr gut	befriedigend	gut	sehr gut	sehr gut
	1)	3) 6)		
gut	**gut**	**gut**	**gut**	**gut**

Anzeige

TEEKAMPAGNE

In der Einfachheit liegt die höchste Vollendung

Nur eine einzige Sorte Tee,
dafür aber die beste: Darjeeling.
Kein Zwischenhandel.
Nur in Großpackungen.
So sparen wir unnötige Wege,
Lagerkosten und Verpackungsmaterial.
Die Teekampagne liefert den
feinsten Tee der Welt –
zu einem unschlagbar günstigen Preis.

UNSERE BIOTEES:
First Flush oder Second Flush 1 kg 24 €
First oder Second Flush Gartentee 500 g 14 €
Grüner Darjeeling 500 g 9,50 €
Selected Darjeeling 1 kg 18 €
Grüner Selected Darjeeling 1 kg 16 €

ÖKO-TEST RICHTIG GUT LEBEN
Teekampagne Darjeeling First Flush
sehr gut
Ausgabe 11/2008

DIREKT ZU BESTELLEN: www.teekampagne.de
Tel.: (0331) 74 74 74 · Fax: (0331) 74 74 717

Kompakt

Nachhaltig gefischt
Die Deutsche See bietet neuerdings frischen Victoriasee-Barsch aus nachhaltiger Fischerei an, zu erkennen am Naturland-Label. Vor Ort gehören dem Projekt rund 700 tansanische Fischer sowie ein lokaler Fischverarbeiter an. Neben der Einhaltung von Qualitätsstandards ging es den Projektbeteiligten – darunter die Gesellschaft für Technische Zusammenarbeit (GTZ) – auch um eine Verbesserung der ökologischen und sozialen Situation.

Ess-Genuss I
Noch bis in den September hinein kann man im Rahmen eines „Schmeck-Check“ den eigenen Geschmacksnerven in Sachen Obst und Gemüse auf die Spur kommen. Die Aktion ist Teil einer Veranstaltungsreihe der holländischen Gemüsegärtner, die ihre Produkte präsentieren und Tipps rund ums Grünzeug geben. Die nächsten Termine finden in Bremen, Saarbrücken, Dresden, Frankfurt, Düsseldorf und München statt. Näheres unter www.sommergemuese.nl

Ess-Genuss II
Wer im Salzburger Land Urlaub macht, kann auf sieben sogenannten Genusswegen die lukullische Vielfalt der Region entdecken. Unter www.salzburgerland.com findet man unter Stichworten wie Fisch, Käse, Bier oder Naschkatzen Restauranttipps oder Hinweise auf Produzenten und Vermarkter.

Basic mit Onlineshop
Die Bio-Supermarktkette Basic verfügt seit Juli über eine Filiale im Internet. Unter www.basicbio.de können rund 2.000 ungekühlte Bio-Artikel, darunter Kaffee, Tee, Kakao, Müsli, Honig, Teigwaren und vieles mehr sowie Drogeriewaren bestellt werden. Der Versand erfolgt CO_2-neutral.

Rewe mit Premium
Bis zum Jahresende will Rewe mit einer Premiummarke starten. Laut Lebensmittel Zeitung sollen in einem ersten Schritt rund 60 bis 100 Artikel aus dem Trockensortiment und Frischebereich eingeführt werden. Wie die Marke heißen soll, verrät das Kölner Handelsunternehmen noch nicht.

Grillen | Weniger ist mehr

Foto: irisblende.de

(hin) Grillen macht Spaß, doch können sich in Würstchen oder Steaks krebserregende Stoffe vom Typ der heterozyklischen aromatischen Amine (HAA) bilden. „Das passiert, wenn die Temperaturen über 200 Grad steigen“, erklärt Professor Karin Schwarz vom Institut für Humanernährung und Lebensmittelkunde in Kiel, also etwa beim Grillen, aber auch beim Anbraten in der Pfanne oder Rösten im Backofen. Daher nehmen wir die HAA auch nicht hauptsächlich während der Grillsaison zu uns, sondern vor allem durch Brathähnchen, Putenschnitzel und -geschnetzeltes, Fisch, Rinderbraten und die Bratenrückstände in Saucen, wie Auswertungen von Ernährungsstudien zeigen. Wer die Aufnahme verringern möchte, sollte vor allem auf niedrigere Zubereitungstemperaturen achten, rät Schwarz. Völlig unproblematisch sind in dieser Hinsicht Kochen und Dünsten, allerdings entsteht auch keine Bratkruste. Brat- und Grillfans können die Schadstoffbildung durch das Würzen mit antioxidativ wirksamem Salbei, Rosmarin, Thymian und Knoblauch zumindest etwas mindern.

Fischfilet | Frisch oder aufgetaut?

(hh) Als Filet tummelt er sich in der Frischfischtheke von Supermärkten und verspricht unkomplizierten Genuss: Pangasius. Kaum ein Verbraucher macht sich allerdings Gedanken darüber, wie es der aus Asien stammende Fisch so frisch in die Theke schafft. Dr. Matthias Keller, Geschäftsführer des Bundesverbands der deutschen Fischindustrie und des Fischgroßhandels, erklärt, dass die Ware in der Regel tiefgefroren transportiert und im Geschäft wieder aufgetaut wird. Das muss bislang nicht deklariert werden. In Zukunft soll der Verbraucher aber erfahren, wenn lose angebotenes Fischfilet schon mal eingefroren war: durch die Kennzeichnung „aufgetaut“. Für einmal eingefrorenes Fleisch und zubereitete Fischerzeugnisse gilt dasselbe. Die neue Verordnung tritt laut Bundesverbraucherministerium frühestens im Oktober 2009 in Kraft.

Foto: MEV Verlag

Was ist eigentlich ... | Teff?

(hin) Bei Teff handelt es sich um eine Zwerghirse, die seit über 3.000 Jahren vor allem in Äthiopien angebaut wird. Weil das Korn so klein ist, gelangt es mitsamt seiner Hülse in die Mühle. Was durchaus von Vorteil ist, bleiben so doch alle wertvollen Inhalts- und Ballaststoffe erhalten, wie beispielsweise Eisen, Calcium und Zink. Da Teff zudem kein Gluten enthält, eignet es sich auch für Zöliakie-Betroffene. Teff schmeckt angenehm nussig und wird entweder ganz oder mit Weizen- und Roggenmehl gemischt zu Brot, Brötchen und vielem mehr verbacken.

Neues Label | DLG prämiert mit Hinweis auf Herstellungsland

(ks) Bronze, Silber und Gold – mit diesen Medaillen prämiert die Deutsche Landwirtschafts-Gesellschaft Lebensmittel. Die DLG prüft in erster Linie nach einem Fünf-Punkte-Schema auf sensorische Qualität wie Geschmack, Geruch, Aussehen, Farbe und Konsistenz. Auf den bekannten DLG-Medaillen kann nun künftig auch „Hergestellt in Deutschland“ bestätigt werden. Das Zeichen bedeutet aber nur, dass die Produkte in Deutschland verarbeitet wurden, die Rohstoffe können auch aus anderen Ländern stammen.

Interview

Klimaschutz und Tiefkühlkost – wie passt das zusammen?

Tiefkühlanbieter Frosta labelt seit kurzem Fertiggerichte mit dem Zeichen „Aktion Grüne Energie“. Felix Ahlers, Vorstand Marketing und Vertrieb bei Frosta, erklärt die Hintergründe.

ÖKO-TEST: Was haben Sie konkret untersucht?
Ahlers: Bisher haben wir zwei Frosta-Gerichte auf ihre CO_2-Emissionen untersucht, die Tagliatelle Wildlachs und die Gulaschpfanne. Bei der Berechnung wurden die Erzeugung der Rohstoffe, die Weiterverarbeitung, Verpackung und der Transport der Rohwaren, die Verarbeitung, sämtliche Transporte und Lagerungen im Handel, aber auch die Zubereitung beim Verbraucher zu Hause sowie die Entsorgung berücksichtigt. Zu unserer Überraschung entfallen nur zwölf bis 19 Prozent des CO_2-Ausstoßes auf die Prozesse bei Frosta. Der weitaus größte Anteil von 50 bis 75 Prozent entsteht durch die Rohwarengewinnung. Weiterhin haben wir berechnet, wie viel CO_2 entsteht, wenn die Frosta-Gerichte aus frischen Zutaten zu Hause gekocht werden. Ergebnis: ungefähr genauso viel.

ÖKO-TEST: Wie schaffen Sie die gute Energiebilanz?
Ahlers: Weil wir erstens nur Gemüse aus dem Freiland statt aus energieintensivem Treibhausanbau verwenden. Zweitens verzichtet Frosta komplett auf Zusatzstoffe und setzt auf weitestgehend naturbelassene Zutaten. Das spart Energie, weil zum Beispiel die Nudeln selbst hergestellt werden und der energieintensive Trocknungsprozess entfällt. Grundsätzlich sind die industriellen Verarbeitungsschritte sehr effizient ausgelegt, da Energie auch ein wichtiger Kostenfaktor ist.

ÖKO-TEST: Was folgt daraus für Frosta?
Ahlers: Wir haben durch das Projekt weitere CO_2-Einsparpotenziale erkannt und Maßnahmen ergriffen. So haben wir im Juni eine große Solaranlage auf dem Dach unseres Kühlhauses in Bydgoszcz (Polen) in Betrieb genommen, was bis zu 30 Prozent des Energiebedarfs deckt. Und seit zwei Wochen nehmen alle Lieferungen, die nach Italien gehen, die Bahn und nicht mehr den Lkw. Außerdem wollen wir den CO_2-Fußabdruck weiterer Frosta-Gerichte berechnen und im Internet veröffentlichen.

Klonfleisch | Aktuell verboten

(hin) Müssen wir künftig mit Klonfleisch auf unseren Tellern rechnen? Erlaubt ist es jedenfalls aktuell noch nicht. Dazu Sandra Pabst, Pressesprecherin des Bundesverbraucherministeriums: „Ich gehe davon aus, dass sich daran auch in absehbarer Zeit nichts ändern wird.“ Die EU-Kommission hatte Fleisch und andere Produkte der Nachkommen von geklonten Tieren in die Verordnung für neuartige Lebensmittel aufgenommen. Produkte von Klontieren selbst fallen schon länger unter die Verordnung. „Damit ist sichergestellt, dass diese Lebensmittel vor dem Inverkehrbringen immer einer Zulassung bedürfen“, erklärt Papst. Zudem habe sich Deutschland dafür ausgesprochen, ethische und tierschutzrechtliche Aspekte von Klonfleisch in einem gesonderten Gesetz zu regeln. Ob das reicht, ist eine ganz andere Frage. Denn wenn es Regelungen zur Zulassung gibt, könnte Klonfleisch irgendwann auch erlaubt werden. Konsequenter wäre ein echtes Verbot gewesen. Siehe dazu auch www.oekotest.de –> Themen-Specials.

Foto: ccvision.de

Anzeige

Störtebeker
«DAS BIER DER GERECHTEN»

Entdecke die Welt von
STÖRTEBEKER
«Das Bier der Gerechten»

Die neue Störtebeker
«SCHATZKISTE»
mit sechs verschiedenen Bier-Spezialitäten:

«1402» Bio-Pilsener
natürlich original

Hanse-Porter
aus Karamel & Malz

Bernstein-Weizen
fruchtig spritzig

Pilsener
norddeutsch herb

Schwarzbier
aromatisch würzig

Roggen-Weizen
natürlich vollmundig

Stralsunder Brauerei GmbH
Greifswalder Chaussee 84-85
18439 Stralsund
Fon (0 38 31) 255 -580
Fax (0 38 31) 255 -576
www.stoertebeker.com

TEST Arzneimittel für Kinder

Heil froh!

Kinder machen eine Reihe von Krankheiten und Wehwehchen durch: Dreitagefieber, Durchfälle, Koliken oder Läuse setzen den Sprösslingen zu. Die Mehrzahl der dafür angebotenen Arzneimittel und Medizinprodukte sind empfehlenswert. Aber einige können wir gar nicht empfehlen.

Foto: Banana Stock

Als neuer Erdenbürger hat man es nicht leicht. In den ersten Wochen nach der Geburt geht es vor allem darum, sich den äußeren Bedingungen anzupassen, dann heißt es wachsen, wachsen, wachsen. Trotzdem bleibt der kleine Mensch von Krankheiten nicht verschont. Nicht selten sind es Mittelohrentzündungen, eine Bronchitis oder das Kruppsyndrom, die ihm zu schaffen machen. Zwischen zwei und elf Jahren wachsen Kinder dann relativ langsam. Dafür trainieren sie körperliche Fertigkeiten, wobei immer wieder Unfälle passieren – mal ist es nur ein aufgeschlagenes Knie, mal kann der Sturz vom Klettergerüst auf dem Spielplatz aber auch im Krankenhaus enden.

Je jünger das Kind, desto häufiger bekommt es Medikamente. Zwei von drei Kindern wurden in den letzten vier Wochen mit Medikamenten behandelt – so lautete das Ergebnis einer infas-Studie „Kinder und Arzneimittel“, bei der im Auftrag der Bundesvereinigung Deutscher Apothekerverbände von März bis Mai 2009 bundesweit 3.200 Eltern befragt wurden.

Viele Medikamente, die Kinder bekommen, sind nur an Erwachsenen getestet worden

Bei leichten Erkrankungen wie fiebrigen Infekten oder einfachen Durchfällen steht eine Reihe von Medikamenten, die speziell für Kinder zugelassen sind, zur Verfügung. Doch in der Kinderheilkunde werden Arzneimittel auch oft außerhalb ihrer Bestimmung (Off-Label) angewendet – das heißt, sie sind nicht speziell für Kinder zugelassen. So erhalten beim niedergelassenen Kinderarzt 13 Prozent aller kleinen Patienten Off-Label-Medikamente, in der Klinik sind es bereits 50 bis 70 Prozent und auf der Neugeborenenintensivstation gar 90 Prozent.

Der Grund: In der Vergangenheit wurden Arzneimittel fast ausschließlich für Erwachsene entwickelt und an ihnen getestet. Da Kinder aber keine kleinen Erwachsenen sind, ist es mit einer Dosisanpassung unter Berücksichtigung des Körpergewichts nicht getan. Zudem ändert sich der Stoffwechsel in der frühen Kindheit enorm. Deshalb wird in klinischen Studien noch einmal zwischen Frühgeborenen, Neugeborenen, Säuglingen und Kleinkindern (28 Tage bis 23 Monate), Kindern (2 bis 11 Jahre) und Heranwachsenden (12 bis 18 Jahre) unterschieden.

ÖKO-TEST hat insgesamt 88 rezeptfreie Arzneimittel und Medizinprodukte eingekauft, die auch Kindern gegeben werden dürfen oder die aufgrund ihrer Dosierung speziell für die Anwendung bei Säuglingen und Kleinkindern gedacht sind. Darunter sind 35 Fieber- und Schmerzmittel, 19 Mittel gegen Durchfall sowie drei Elektrolytmischungen, fünf Mittel gegen Blähungen, zehn Fluoridtabletten, drei Präparate gegen Zahnungsbeschwerden und 13 Läusemittel. Wir haben die Präparate von unserem wissenschaftlichen Berater begutachten lassen und die Inhaltsstoffe kritisch unter die Lupe genommen.

Jürgen Steinert

So haben wir getestet

Der Einkauf
Wir haben fast alle Präparate in der Apotheke eingekauft, nur einige wenige, nicht apothekenpflichtige Produkte auch in der Drogerie. Es handelt sich durchweg um rezeptfreie Arzneimittel, traditionelle Arzneimittel und Medizinprodukte. Nicht berücksichtigt haben wir kosmetische Mittel.

Die Hilfsstoffe
Je nach Produktgruppe verwenden die Hersteller unterschiedlichste Hilfsstoffe. Besonders heftig wird bei Läusemitteln in den Chemietopf gegriffen: Problematische Nitromoschus-Verbindungen, Chlorkresol, Delta 3-Caren, Piperonylbutoxid, Duftstoffe, PEG/PEG-Derivate oder Paraffine werden beigemischt, um unter anderem die Wirksamkeit zu verstärken und einen unangenehmen Geruch zu kaschieren.
In vielen Produkten stecken verschiedene Farbstoffe, darunter auch einige problematische wie E 104 (Chinolingelb), E 110 (Gelborange S), E 124 (Cochenillerot A/Ponceau 4R), E 129 (Allurarot AC). Die Hersteller argumentieren, dass in Produkten für Kinder auch die Farbe zur Akzeptanz beiträgt. Das mag stimmen, dennoch gibt es auch unbedenkliche Farbstoffe – und die werden mittlerweile von den meisten Produzenten verwendet.
Die Konservierungsstoffe Benzoesäure und ihr Salz Natriumbenzoat werden von Kindern bis zwei Jahren nicht vollständig verstoffwechselt. Daher kann sich Benzoesäure im Körper anreichern und zu Hirnschäden führen. Zwar ist dies bei den üblicherweise zur Konservierung verwendeten Mengen nicht zu erwarten. Der Einsatz der unkritischeren Sorbinsäure und ihrer Salze ist aber häufig möglich.

Die pharmakologische Begutachtung
Hier prüfte unser wissenschaftlicher Berater, Professor Manfred Schubert-Zsilavecz von der Uni Frankfurt, ob es handfeste Studien gibt, die die Wirksamkeit eines Präparates für das angegebene Anwendungsgebiet belegen.

Die Bewertung
Bei der Bewertung der Hilfsstoffe sind wir strenger geworden. Haben wir bislang vor allem die halogenorganische Verbindung Erytrosin (E 127) abgewertet, bekommen jetzt auch die Farbstoffe Tartrazin (E 102), Gelborange S (E 110), Azorubin (E 122), Amaranth (E 123), Cochenillerot A/Ponceau 4R (E 124) und Brillantschwarz BN (E 151) Notenabzug. Deren Nebenwirkungen wie Überempfindlichkeits- oder allergische Reaktionen müssen im Beipackzettel explizit genannt werden. Ebenfalls Notenabzug gibt es für die Farbstoffe Chinolingelb (E 104) und Allurarot AC (E 129), die – wie auch E 102, E 110, E 122 und E 124 – in Lebensmitteln ab 2010 den Hinweis tragen müssen: Kann Aktivität und Aufmerksamkeit bei Kindern beeinträchtigen.

Anzeige

NYDA®
gegen Läuse und Nissen

Läuse?
Einfach weg.

Wirksam[1]
Erstattungsfähig[2]
Anwenderfreundlich

Umweltbundesamt gelistet gem. § 18 IfSG - getestet -

[3]

www.nyda.de

POHL BOSKAMP

NYDA® gegen Läuse und Nissen. Medizinprodukt. Inhaltsstoffe: Hoch- und niedrigviskoses Dimeticon, mittelkettige Triglyceride, Jojobawachs, Duftstoffe. NYDA® zur physikalischen Behandlung des Kopfhaares bei Befall mit Kopfläusen. Bei bestimmungsgemäßer Anwendung von NYDA® werden auch die Larven der Läuse und die Nissen bekämpft. Nicht bei bekannter Überempfindlichkeit gegenüber einem der Bestandteile, bei Kindern unter 2 J. und während Schwangerschaft und Stillzeit anwenden.
G. Pohl-Boskamp GmbH & Co. KG, 25551 Hohenlockstedt (8)

1 Heukelbach, J. *et al.*: A highly efficacious pediculicide based on dimeticone: randomized observer blinded comparative trial. BMC Infect. Dis. 8 (115), 2008; doi: 10.1186/1471-2334-8-115
2 Anlage V der Arzneimittel-Richtlinie
3 Kostenloser NYDA® SMS-Service: Geben Sie einfach unter www.nyda.de Ihre Handynummer an und Sie erhalten automatisch für die Zweitbehandlung eine Erinnerungs-SMS. Nähere Informationen finden Sie im Internet.

ÖKO-TEST-SHOP

Sie bezahlen nur 3,25 €
statt 3,80 € pro Ausgabe!

Jede Menge Ersparnis:

ÖKO-TEST-Magazin im Abo

12 Ausgaben
zum Preis von nur

39 €*

gültiger Abopreis seit 2001
* Preis im Inland

+++ Bestellen Sie per Telefon 0 69 / 3 65 06 26 26 zwischen 8 und 18 Uhr +++

So nutzen Sie Ihre Vorteile:

Versandkostenfrei bestellen

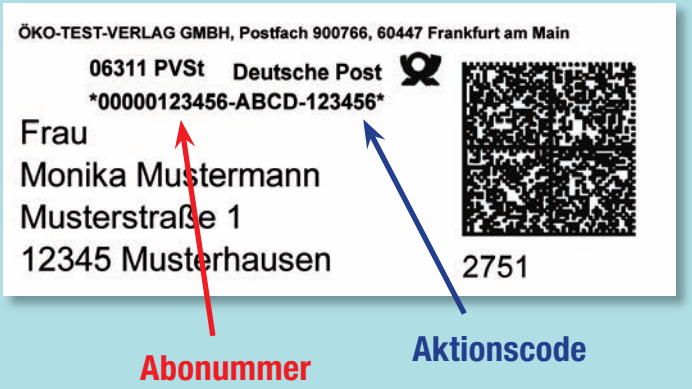
- Alle Bestellungen, die Sie im Online-Shop tätigen, liefern wir deutschlandweit ohne Versandkosten.

25 % Rabatt auf alle Bestellungen im Online-Shop

25 % Rabatt auf alle Bestellungen – auch DVDs

- Sie erhalten einen Preisvorteil von 25 Prozent auf alle Artikel (außer Abos)!

Als Abonnent erhalten Sie das ÖKO-TEST-Magazin per Postzustellung. Auf der Titelseite des Magazins befindet sich ein Adressaufkleber (siehe Bild). Auf diesem ist in der Regel jeden Monat Ihre Abonummer sowie ein Aktionscode enthalten. Beide benötigen Sie für eine Identifikation als Abonnent.

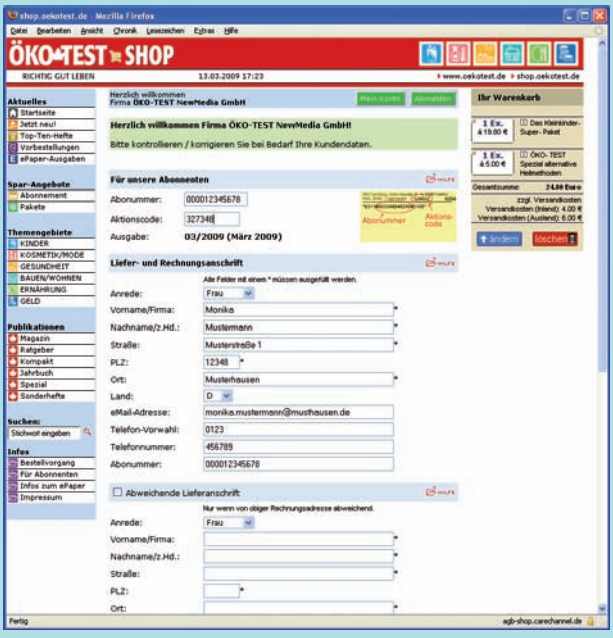


Abonummer: Auf dem Adressetikett finden Sie (wie auf Ihrer Rechnung bzw. Ihrem Lieferschein) Ihre Abonummer. Bei der Eingabe Ihrer Abonummer während der Bestellung können Sie führende Nullen (0) auch weglassen.

Aktionscode: In der Regel* erhalten Sie jeden Monat einen neuen Aktionscode. Dieser ist nur in Kombination mit Ihrer Abonummer nutzbar. Der Aktionscode wechselt immer am offiziellen Erstverkaufstag vom ÖKO-TEST-Magazin. Sie, als Abonnent, erhalten das ÖKO-TEST-Magazin meist schon vor dem Erstverkaufstag (normalerweise letzter Freitag im Monat). Wenn Sie eine Fehlermeldung bei der Eingabe erhalten, geben Sie in diesem Fall bitte den Aktionscode des Vormonats ein. Bei Ihrer Bestellung wird Ihnen stets angezeigt, welcher Aktionscode (Monat und Ausgabe) gültig ist.

* Falls kein Aktionscode auf dem Adressaufkleber abgedruckt ist, wird der Aktionscode automatisch in das entsprechende Eingabefeld eingetragen.

1. Legen Sie die gewünschten Artikel in den Warenkorb!



2. Über den „Bestellen“-Link gelangen Sie automatisch zur Anmeldung.

+++ Online-Shop: http://shop.oekotest.de +++ E-Mail: abo@oekotest.de +++

TEST Mittel gegen Durchfall/Elektrolytmischungen bei Durchfall

Durchfälle sind bei Säuglingen und Kleinkindern besonders häufig. Zum einen muss ihre Darmflora lernen, sich auf neue Nahrung einzustellen. Zum anderen können auch Infektionen mit Viren schuld sein. Per Durchfall versucht der Körper, sich der Störenfriede zu entledigen.

Während Durchfallepisoden für ältere Kinder, Jugendliche und Erwachsene vor allem lästig sind, können sie bei den Kleinsten wegen des hohen Flüssigkeitsverlustes gefährlich werden. Das A und O ist daher der Ausgleich der verloren gegangenen Flüssigkeit, also sehr viel trinken.

Das Testergebnis

■ Alle drei Elektrolytmischungen eignen sich bestens für den Elektrolyt- und Flüssigkeitsausgleich bei Durchfallerkrankungen. Die Dauer eines Durchfalls beeinflussen sie aber nicht.

■ Sehr gut in Studien belegt ist die Wirksamkeit der Trockenhefe aus Saccharomyces cerevisiae Hansen CBS 5926 (Saccharomyces boulardii) sowie von Lactobacillus rhamnosus GG. Sie verkürzen die Dauer eines Durchfalls und stören die Vermehrung schädlicher Keime im Darm. Am besten untersucht ist das *Perenterol Junior 250 mg Pulver* von UCB. Auch die Wirksamkeit der *Diarrhoesan, Flüssigkeit*, einer Kombination aus Pektin und einem Fluidextrakt aus Kamillenblüten ist inzwischen sehr gut belegt.

Bei Durchfall sind Elektrolytlösungen sinnvoll, man kann sie auch leicht selbst zubereiten

■ Medizinische Kohle soll Bakterien und Gifte binden und so die Durchfallerscheinungen bessern. Dies ist für die *Kohle-Compretten* der Firma Merck durch eine Studie belegt. Allerdings fehlt bislang eine zweite

TEST Mittel gegen Durchfall	Hamadin N, Hartkapseln	Infecto Diarrstop LGG, Pulver	Perenterol Junior 250 mg Pulver	Perocur forte, Hartkapseln	Peromyces 250 - 1 A Pharma, Hartkapseln
Anbieter	Dr. Willmar Schwabe	Infectopharm	UCB	Hexal	1A Pharma
Preis pro mittlere Tagesdosis für Kinder in Euro	0,99	4,26	1,03	0,99	0,94
Produktart	Arzneimittel	Arzneimittel	Arzneimittel	Arzneimittel	Arzneimittel
Zur Anwendung ab welchem Alter	2 Jahre	Säuglingsalter	2 Jahre	2 Jahre	2 Jahre
Wirkstoff/-e	Trockenhefe aus Saccharomyces cerevisiae Hansen CBS 5926	Lactobacillus rhamnosus GG, Natriumcitrat, Natriumchlorid, Kaliumchlorid, Glucose	Trockenhefe aus Saccharomyces cerevisiae Hansen CBS 5926	Trockenhefe aus Saccharomyces cerevisiae Hansen CBS 5926	Trockenhefe aus Saccharomyces cerevisiae Hansen CBS 5926
Wirksamkeit nachgewiesen	sehr gut	sehr gut	sehr gut	sehr gut	sehr gut
Nicht sinnvolle Wirkstoffkombination	nein	nein	nein	nein	nein
Deklarationsmängel	nein	nein	nein	nein	nein
Testergebnis Pharmakologische Begutachtung	sehr gut	sehr gut	sehr gut	sehr gut	sehr gut
Bedenkliche/umstrittene Hilfsstoffe	nein	nein	nein	nein	nein
Testergebnis Hilfsstoffe	sehr gut	sehr gut	sehr gut	sehr gut	sehr gut
Weitere Mängel	**ja**	nein	nein	**ja**	**ja**
Testergebnis Weitere Mängel	gut	sehr gut	sehr gut	gut	gut
Anmerkungen	1)	2)		1)	1)
Gesamturteil	**sehr gut**	**sehr gut**	**sehr gut**	**sehr gut**	**sehr gut**

Fett gedruckt sind Mängel.
Glossar: Erläuterungen zu den untersuchten Parametern finden Sie auf Seite 140.
Anmerkungen: 1) PVC/PVDC/chlorierte Kunststoffe in der Verpackung. 2) Laut Gebrauchsinformation zur Behandlung von Durchfall bei Säuglingen und Kleinkindern. Der Preis für die mittlere Tagesdosis bezieht sich auf die für Kinder vorgesehenen zwei Beutel. Für Säuglinge und Kleinkinder beträgt die mittlere Tagesdosis ein Beutel, woraus sich ein Preis von 2,13 Euro ergibt. 3) Laut Anbieter Stada wird das Produkt inzwischen von der Firma Hemopharm vertrieben. 4) Deklarationsmangel: Fehlender Hinweis auf ausreichende Flüssigkeitszufuhr bei Säuglingen und Kleinkindern. 5) Die Wirksamkeit ist bislang nur anhand einer Studie belegt.
Legende: Produkte mit dem gleichen Gesamturteil sind in alphabetischer Reihenfolge aufgeführt.
Unter dem Testergebnis Pharmakologische Begutachtung führen zur Abwertung um vier Noten: a) eine nicht nachgewiesene Wirksamkeit; b) Ethacridinlactat-Monohydrat. Zur Abwertung um drei Noten führen: wenig überzeugende Wirksamkeitsbelege. Zur Abwertung um zwei Noten führt: eine nicht sinnvolle Kombination von Wirkstoffen. Zur Abwertung um jeweils eine Note führen: a) eine bislang nur anhand einer Studie belegte („gute") Wirksamkeit; b) Deklarationsmängel; hier: fehlender Hinweis auf ausreichende Flüssigkeitszufuhr bei Säuglingen und Kleinkindern.

Studie, die diese Ergebnisse bestätigt, sodass das Mittel in der pharmakologischen Bewertung nur mit „gut“ abschneidet. Da die Wirksamkeit der Kohle stark herstellungsabhängig ist, lässt sich das Ergebnis nicht ohne Weiteres auf andere Produkte übertragen.

■ Bislang nur „wenig überzeugend“ sind die Wirksamkeitsnachweise für Escherichia coli Stamm Nissle 1917, Stoffwechselprodukte von Lactobacillus helveticus, Lyophilisate aus verschiedenen Lactobacillen und Bifidobakterien, Tannin-Eiweiß, Tanninalbuminat, dioktaedrischen Smektit (ein Tonerdemineral) sowie Uzarawurzel. Keine Wirksamkeitsbelege gibt es für Apfelpulver.

■ Die Einnahme eines Desinfektionsmittels wie Ethacridinlactat bei Durchfall gilt als überholt. Darüber hinaus kann die Substanz Allergien hervorrufen.

Unsere Empfehlungen

✓ Leiden Säuglinge unter sechs Monaten an Durchfall, sollte ein Arzt aufgesucht werden. Älteren Babys und Kleinkindern bei nicht zu starkem Durchfall vor allem Flüssigkeit zuführen.

✓ Wer keine spezielle Elektrolytlösung in der Apotheke kaufen will, kann sie auch selbst anrühren: 8 Teelöffel (40 g) Zucker, 1 Teelöffel (3,5 g) Kochsalz und ½ Teelöffel Backpulver (enthält Kalium) in einem Liter frisch abgekochtem Wasser auflösen und in einem verschlossenen Gefäß abkühlen lassen.

✓ Durchfallmittel mit dem Wirkstoff Loperamid sind nichts für Kinder unter zwölf Jahren. Auch Erwachsene sollten sie nicht länger als zwei Tage einnehmen.

Yomogi, Kapseln	Kohle-Compretten, Tabletten	Colina, Pulver	Diarrhoesan, Flüssigkeit	Hylak N, Flüssigkeit	Kohle-Hevert, Tabletten	Lacteol, Pulver	Mutaflor Suspension
Ardeypharm	Merck Selbstmedikation	Intersan	Dr. Loges	Merckle Recordati	Hevert	Pohl-Boskamp	Ardeypharm
0,94	1,50	1,46	0,90	0,23	1,32	2,08	8,97
Arzneimittel	Arzneimittel	Arzneimittel	Arzneimittel	Traditionelles Arzneimittel	Arzneimittel	Arzneimittel	Arzneimittel
2 Jahre	1 Jahr	Säuglingsalter	Säuglingsalter	2 Jahre	2 Jahre	Säuglingsalter	Säuglingsalter
Trockenhefe aus Saccharomyces cerevisiae Hansen CBS 5926	Medizinische Kohle	Dioktaedrischer Smektit	Pektin, Fluidextrakt aus Kamillenblüten	Stoffwechselprodukte von Lactobacillus helveticus	Medizinische Kohle	Lyophilisate aus Lactobacillus fermentum und Lactobacillus delbrueckii	Escherichia coli Stamm Nissle 1917
sehr gut	**gut**	**wenig überzeugend**	sehr gut	**wenig überzeugend**	**wenig überzeugend**	**wenig überzeugend**	**wenig überzeugend**
nein	nein	nein	nein	nein	nein	nein	nein
nein	nein	nein	nein	nein	nein	nein	nein
sehr gut	gut	ausreichend	sehr gut	ausreichend	ausreichend	ausreichend	ausreichend
nein	nein	nein	**1,5 Vol.-% Alkohol, Natriumbenzoat**	nein	nein	nein	nein
sehr gut	sehr gut	sehr gut	ausreichend	sehr gut	sehr gut	sehr gut	sehr gut
ja	**ja**	nein	nein	nein	**ja**	nein	nein
gut	gut	sehr gut	sehr gut	sehr gut	gut	sehr gut	sehr gut
1)	1) 5)				1)		
sehr gut	**gut**	**ausreichend**	**ausreichend**	**ausreichend**	**ausreichend**	**ausreichend**	**ausreichend**

Unter dem Testergebnis Hilfsstoffe führt zur Abwertung um zwei Noten: 1 Vol.-% oder mehr Alkohol, wenn das Medikament auch Kindern gegeben werden darf. Zur Abwertung um jeweils eine Note führen: a) Natriumbenzoat; b) die Farbstoffe Chinolingelb (E 104) und/oder Gelborgange S (E 110).

Unter dem Testergebnis Weitere Mängel führen zur Abwertung um eine Note: PVC/PVDC/chlorierte Kunststoffe in der Verpackung.

Das Gesamturteil beruht auf dem Testergebnis Pharmakologische Begutachtung und dem Testergebnis Hilfsstoffe. Es kann nicht besser sein als das schlechteste Einzelergebnis. Ein Testergebnis Weitere Mängel, das „befriedigend“ ist, verschlechtert das Testergebnis Hilfsstoffe um eine Note.

Testmethoden: Pharmakologische Begutachtung. PVC/PVDC/chlorierte Kunststoffe: Röntgenfluoreszenzanalyse.

Einkauf der Testprodukte: Mai 2009. Preisberechnung basiert auf kleinstem Produktangebot.
Anbieterverzeichnis: siehe www.oekotest.de

Tests und deren Ergebnisse sind urheberrechtlich geschützt. Ohne schriftliche Genehmigung des Verlages dürfen keine Nachdrucke, Kopien, Mikrofilme oder Einspielungen in elektronische Medien angefertigt und/oder verbreitet werden.

Arzneimittel für Kinder

TEST Mittel gegen Durchfall	Omniflora N, Hartkapseln	Tannalbin Tabletten	Uzara Dragees N, überzogene Tabletten	Aplona Apfel-Pulver	Colina Spezial, Pulver	Tannacomp, Filmtabletten
Anbieter	Novartis	Medice	Stada	Athenstaedt	Intersan	Medice
Preis pro mittlere Tagesdosis für Kinder in Euro	1,10	1,81	0,90	5,05	1,25	1,76
Produktart	Traditionelles Arzneimittel	Arzneimittel	Arzneimittel	Arzneimittel	Arzneimittel	Arzneimittel
Zur Anwendung ab welchem Alter	1 Jahr	5 Jahre	6 Jahre	Kleinkindalter	Säuglingsalter	5 Jahre
Wirkstoff/-e	Lyophilisate aus Lactobacillus gasseri und Bifidobacterium longum	Tannin-Eiweiß	Uzarawurzel-Trockenextrakt	Getrocknetes Apfel-Pulver	Dioktaedrischer Smektit, Aluminiumhydroxid-Magnesiumcarbonat-Gel, Magnesiumoxid	Tanninalbuminat, **Ethacridinlactat-Monohydrat**
Wirksamkeit nachgewiesen	**wenig überzeugend**	**wenig überzeugend**	**wenig überzeugend**	**nein**	**wenig überzeugend**	**wenig überzeugend**
Nicht sinnvolle Wirkstoffkombination	nein	nein	nein	nein	**ja**	**ja**
Deklarationsmängel	nein	nein	nein	**ja**	**ja**	nein
Testergebnis Pharmakologische Begutachtung	ausreichend	ausreichend	ausreichend	ungenügend	ungenügend	ungenügend
Bedenkliche/umstrittene Hilfsstoffe	nein	nein	nein	nein	nein	**Farbstoffe E 104 und E 110**
Testergebnis Hilfsstoffe	sehr gut	sehr gut	sehr gut	sehr gut	sehr gut	gut
Weitere Mängel	nein	**ja**	**ja**	nein	nein	**ja**
Testergebnis Weitere Mängel	sehr gut	gut	gut	sehr gut	sehr gut	gut
Anmerkungen		1)	1) 3)	4)	4)	1)
Gesamturteil	**ausreichend**	**ausreichend**	**ausreichend**	**ungenügend**	**ungenügend**	**ungenügend**

TEST Elektrolytmischungen bei Durchfall	Elotrans, Pulver	Oralpädon 240 Apfel/Banane, Pulver	Santalyt, Pulver mit Zitronengeschmack
Anbieter	Stada	Stada	Medice
Preis pro mittlere Tagesdosis für Kinder in Euro	1,89	1,89	0,94
Zur Anwendung ab welchem Alter	Säuglingsalter	Säuglingsalter	Säuglingsalter
Wirkstoff/-e	Glucose, Natriumchlorid, Natriumcitrat, Kaliumchlorid	Glucose, Natriumchlorid, Kaliumchlorid, Dinatriumhydrogencitrat	Glucose, Natriumchlorid, Kaliumchlorid, Dinatriumhydrogencitrat
Wirksamkeit nachgewiesen	sehr gut	sehr gut	sehr gut
Nicht sinnvolle Wirkstoffkombination	nein	nein	nein
Testergebnis Pharmakologische Begutachtung	sehr gut	sehr gut	sehr gut
Bedenkliche/umstrittene Hilfsstoffe	nein	nein	nein
Testergebnis Hilfsstoffe	sehr gut	sehr gut	sehr gut
Anmerkungen		1)	
Gesamturteil	**sehr gut**	**sehr gut**	**sehr gut**

Fett gedruckt sind Mängel.
Glossar: Erläuterungen zu den untersuchten Parametern finden Sie auf Seite 140.
Anmerkungen: 1) Laut Anbieter wird das Präparat auch in den Geschmacksrichtungen Erdbeere und neutral angeboten. Letztere enthalte keine Süßstoffe.
Legende: Produkte mit dem gleichen Gesamturteil sind in alphabetischer Reihenfolge aufgeführt.
Das Gesamturteil beruht auf dem Testergebnis Pharmakologische Begutachtung und dem Testergebnis Hilfsstoffe. Es kann nicht besser sein als das schlechteste Einzelergebnis.
Testmethoden: Pharmakologische Begutachtung. PVC/PVDC/chlorierte Kunststoffe: Röntgenfluoreszenzanalyse.
Einkauf der Testprodukte: Mai 2009. Preisberechnung basiert auf kleinstem Produktangebot.
Anbieterverzeichnis: siehe www.oekotest.de

Tests und deren Ergebnisse sind urheberrechtlich geschützt. Ohne schriftliche Genehmigung des Verlages dürfen keine Nachdrucke, Kopien, Mikrofilme oder Einspielungen in elektronische Medien angefertigt und/oder verbreitet werden.

TEST Mittel gegen Blähungen

Säuglinge können das Glück ihrer Eltern auf eine harte Probe stellen, wenn sie ohne ersichtlichen Grund lang anhaltend schreien. Ärzte sprechen von Dreimonatskoliken, wenn die Schreiepisoden drei Wochen lang über drei Stunden täglich an mindestens drei Tagen pro Woche andauern.

Bis heute kennt man die Ursachen der Dreimonatskoliken nicht. Massagen können aber helfen

Auch wenn es betroffene Eltern nur wenig beruhigt: Im vierten oder fünften Monat legen sich die Schreiattacken meist von alleine wieder.

Bis heute ist die eigentliche Ursache der Dreimonatskoliken ungeklärt: Neben übermäßiger Gasentwicklung im Darm werden inzwischen auch Kuhmilchallergie und Lactoseintoleranz diskutiert, ebenso eine gestörte Eltern-Kind-Beziehung.

Unsere Empfehlungen

✓ Entschäumertropfen auf Simeticon-Basis nur dann geben, wenn der Kinderarzt nahrungsbedingte Blähungen diagnostiziert und die Mittel ausdrücklich empfiehlt. Dabei unbedingt die Dosierungsanweisung beachten.

✓ Ab der fünften bis siebten Woche, wenn der Bauchnabel verheilt ist, kann eine Bauchdeckenmassage helfen. Entsprechend dem Darmverlauf wird in Uhrzeigerrichtung massiert. Beachten Sie dabei, dass der Druck nicht zu fest ist. Am besten von einer Hebamme zeigen lassen.

✓ Hilfreich kann der „Fliegergriff“ sein. Dabei das Baby für einige Zeit in gesicherter Position mit dem Bauch nach unten auf den Unterarm legen. Viele Babys entspannen sich auch durch die mäßige Wärme eines Kirschkernkissens auf dem Bauch.

Das Testergebnis

■ Ein Satz mit x: Das hilft wohl nix. Für äußerlich angewendetes Kümmelöl sieht die Datenlage ganz schlecht aus. Daher stufen wir die Wirksamkeit der *Tamany Med Windsalbe N* als nicht belegt ein.

■ Die Wirksamkeitsbelege für Simeticon sind nur wenig überzeugend. Der Entschäumer soll die Beschwerden lindern, indem er den Abgang der Gase erleichtert. Professor Berthold Koletzko, Vorsitzender der Ernährungskommission der Deutschen Gesellschaft für Kinder- und Jugendmedizin, hält diese Theorie für „Schaumschlägerei“: Da der Darm eher einem geschlossenen Rohr gleiche, führe das Auflösen von Schaum nicht automatisch zu einer Verminderung des Gases.

■ Die *Sab simplex, Tropfen* und die *Abtei für Kinder Magen-Darm-Entspannungs-Suspension* sind mit Natriumbenzoat konserviert.

TEST Mittel gegen Blähungen	Abtei für Kinder Magen-Darm-Entspannungs-Suspension	Espumisan Emulsion	Lefax Pump-Liquid, Suspension	Sab simplex, Tropfen	Tamany Med Windsalbe N
Anbieter	Abtei	Berlin-Chemie	Bayer Vital	Parke-Davis/Pfizer	Alpenländisches Kräuterhaus
Preis pro Anwendung in Euro	0,10	0,15	0,16	0,17	0,13
Produkttyp	Medizinprodukt	Arzneimittel	Arzneimittel	Arzneimittel	Traditionelles Arzneimittel
Wirkstoff	Simeticon	Simeticon	Simeticon	Simeticon	Kümmelöl
Wirksamkeit nachgewiesen	**wenig überzeugend**	**wenig überzeugend**	**wenig überzeugend**	**wenig überzeugend**	**nein**
Testergebnis Pharmakologische Begutachtung	ausreichend	ausreichend	ausreichend	ausreichend	mangelhaft
Bedenkliche/umstrittene Hilfsstoffe	**Natriumbenzoat**	nein	nein	**Natriumbenzoat**	**> 1 % Paraffine**
Testergebnis Hilfsstoffe	gut	sehr gut	sehr gut	gut	gut
Anmerkungen					1)
Gesamturteil	**ausreichend**	**ausreichend**	**ausreichend**	**ausreichend**	**mangelhaft**

Fett gedruckt sind Mängel.
Glossar: Erläuterungen zu den untersuchten Parametern finden Sie auf Seite 140.
Anmerkungen: 1) Preis bezieht sich auf 1 g Salbe.
Legende: Produkte mit dem gleichen Gesamturteil sind in alphabetischer Reihenfolge aufgeführt.
Unter dem Testergebnis Pharmakologische Begutachtung führt zur Abwertung um vier Noten: eine nicht belegte Wirksamkeit. Zur Abwertung um drei Noten führen: nur wenig überzeugende Wirksamkeitsnachweise.
Unter dem Testergebnis Hilfsstoffe führen zur Abwertung um jeweils eine Note: a) mehr als ein Prozent Paraffine/paraffinähnliche Erdölprodukte und/oder apolare Silikonverbindungen in Salben; b) Natriumbenzoat.
Das Gesamturteil beruht auf dem Testergebnis Pharmakologische Begutachtung und dem Testergebnis Hilfsstoffe. Es kann nicht besser sein als das schlechteste Einzelergebnis.
Testmethoden: Pharmakologische Begutachtung. Paraffine/Erdölprodukte/Silikonverbindungen: HPLC/RI. PVC/PVDC/chlorierte Kunststoffe: Röntgenfluoreszenzanalyse.
Einkauf der Testprodukte: Mai 2008/Mai 2009. Preisberechnung basiert auf kleinstem Produktangebot.

Anbieterverzeichnis: siehe www.oekotest.de

Kompakt

Kostenerstattung
Für Kinder bis zum vollendeten zwölften Lebensjahr und für Jugendliche mit Entwicklungsstörungen bis zum 18. Geburtstag erstatten die gesetzlichen Krankenkassen die Kosten für rezeptfreie Arzneimittel, die ansonsten seit dem Jahr 2004 nicht mehr vom Arzt verschrieben werden dürfen. Auch Medizinprodukte können verordnungsfähig sein: Der Gemeinsame Bundesausschuss (G-BA) hat im Juni 2008 die Arzneimittel-Richtlinie geändert und beschlossen, dass die Läusemittel *Nyda*, *Jacutin Pedicul Fluid* und *Etopril* seit dem 1. Juli 2008 verordnungsfähig sind.

Fluorid
Zahnpasta oder Fluoridtablette: Wer genau wissen will, warum Zahnärzte so und Kinderärzte so argumentieren, findet die ausführliche Stellungnahme der jeweiligen Gesellschaften im Internet unter www.zzq-koeln.de -> Leitlinien -> Leitlinie Fluoridierungsmaßnahmen bzw. unter www.dgkj.de -> Stellungnahmen -> Stellungnahmen des Jahres 2007

Foto: pixtal

Fiebermittel
Fest oder flüssig? Viele Arzneimittel sind in verschiedenen Zubereitungen verfügbar, die ihre Vor- und Nachteile haben. Bei Kindern werden oft flüssige Medikamente wie Lösungen angewendet, da sie leicht zu schlucken und genau zu dosieren sind. Nachteil: Flüssige Zubereitungen müssen konserviert werden oder enthalten häufig Alkohol oder Propylenglykol.

TEST Mittel gegen Zahnungsbeschwerden

Foto: Banana Stock

Manche Kinder kommen schon mit ein paar Beißerchen auf die Welt, doch bei den meisten brechen die ersten Zähne erst im Alter von sechs bis acht Monaten durch. Viele Babys sind während des Zahnens sehr unruhig, weinen viel und schlafen ganz schlecht. Ihr Zahnfleisch ist an der Stelle des Zahndurchbruchs oft gerötet und geschwollen. Manche Kinder bekommen außerdem leichtes Fieber.

Grund genug für viele Eltern, die Zahnungsbeschwerden ihrer Kleinen mit Medikamenten zu lindern. Solche Zahnungshilfen, die auf die Mundschleimhaut aufgetupft werden, enthalten meistens lokale Betäubungsmittel – was Professor Willi-Eckhard Wetzel, Leiter der Abteilung Kinderzahnheilkunde an der Gießener Uniklinik, wegen der Sensibilisierungsgefahr scharf kritisiert, zumal viele Eltern diese Mittel auch noch extrem häufig anwenden.

TEST Mittel gegen Zahnungsbeschwerden	Dentinox-Gel N Zahnungshilfe	Recessan, Salbe	Dynexan Mundgel
Anbieter	Dentinox	Kreussler	Kreussler
Preis pro ml bzw. g in Euro	0,48	0,69	0,64
Produkttyp	Traditionelles Arzneimittel	Arzneimittel	Arzneimittel
Wirkstoffe	Kamillentinktur, Polidocanol, **Lidocain**	Polidocanol	**Lidocain**
Kombination zweier Lokalanästhetika	**ja**	nein	nein
Testergebnis Pharmakologische Begutachtung	befriedigend	sehr gut	gut
Bendenkliche/umstrittene Hilfsstoffe	**Alkohol**	**> 1 % Paraffine**	**> 1 % Paraffine, Benzalkoniumchlorid**
Testergebnis Hilfsstoffe	befriedigend	befriedigend	mangelhaft
Anmerkungen	1)		
Gesamturteil	**befriedigend**	**befriedigend**	**mangelhaft**

Unsere Empfehlungen

✓ Mittel gegen Zahnungsbeschwerden nur in Ausnahmefällen einsetzen – und keinesfalls vorbeugend. Dabei unbedingt die Dosierungsanweisungen beachten, denn eine häufige Anwendung erhöht das Sensibilisierungsrisiko.

✓ Die sanfte Massage der Zahnleisten mit einem sauberen Finger oder einem Gummiputztrainer lindert Zahnungsbeschwerden.

✓ Erleichterung schaffen auch Beißringe, denn das Kauen darauf lenkt das Baby von den Schmerzen ab und fördert den Zahndurchbruch.

Das Testergebnis

■ Alle Präparate enthalten lokale Betäubungsmittel und können schmerzende Schwellungen wirksam betäuben. Lidocain kann allerdings in seltenen Fällen allergische Reaktionen verursachen. Die Kombination zweier Lokalanästhetika, wie in der *Dentinox-Gel N Zahnungshilfe,* ist überflüssig und erhöht das Risiko von Nebenwirkungen. Die Kamillentinktur kann aber Entzündungen lindern.

■ Die *Dentinox-Gel N Zahnungshilfe* enthält Alkohol – einen Hinweis dazu sucht man aber vergeblich. Erklärung des Anbieters: Der Alkoholgehalt sei so niedrig, dass ein Warnhinweis gar nicht zulässig sei.

Die Medikamente gegen Zahnungsbeschwerden sollten nur im Notfall probiert werden

■ Wegen bedenklicher und umstrittener Hilfsstoffe fällt das *Dynexan Mundgel* nur „mangelhaft“ aus: Das Konservierungsmittel Benzalkoniumchlorid wirkt allergisierend, Paraffine können sich im Körper anreichern.

Fett gedruckt sind Mängel.
Glossar: Erläuterungen zu den untersuchten Parametern finden Sie auf Seite 140.
Anmerkungen: 1) Laut Anbieter ist die in einer Einzeldosis enthaltene Menge Alkohol so gering (< 50 mg), dass laut Arzneimittel-Warnhinweisverordnung ein Alkohol-Warnhinweis nicht zulässig ist.
Legende: Produkte mit dem gleichen Gesamturteil sind in alphabetischer Reihenfolge aufgeführt.
Unter dem Testergebnis Pharmakologische Begutachtung führen zur Abwertung um eine Note: a) die Kombination zweier Lokalanästhetika; b) Lidocain. Unter dem Testergebnis Hilfsstoffe führen zur Abwertung um jeweils zwei Noten: a) mehr als ein Prozent Paraffine/paraffinähnliche Erdölprodukte und/oder apolare Silikonverbindungen; b) Benzalkoniumchlorid; c) mehr als 1 Vol.-% Alkohol.
Die Testergebnisse Pharmakologische Begutachtung und Hilfsstoffe werden zunächst getrennt bewertet. Das Gesamturteil kann nicht besser sein als das schlechteste Einzelergebnis.
Testmethoden: Pharmakologische Begutachtung. Paraffine/paraffinähnliche Erdölprodukte und/oder apolare Silikonverbindungen: Per Deklaration und/oder HPLC/RI. PVC/PVDC/chlorierte Kunststoffe: Röntgenfluoreszenzanalyse.
Einkauf der Testprodukte: Mai 2009. Preisberechnung basiert auf kleinstem Produktangebot.
Anbieterverzeichnis: siehe www.oekotest.de
Tests und deren Ergebnisse sind urheberrechtlich geschützt. Ohne schriftliche Genehmigung des Verlages dürfen keine Nachdrucke, Kopien, Mikrofilme oder Einspielungen in elektronische Medien angefertigt und/oder verbreitet werden.

Anzeige

TEST Läusemittel

Kratzt sich das Kind häufiger am Kopf, kann das auf einen Befall mit Kopfläusen hindeuten. Die nur zwei bis drei Millimeter großen Parasiten befallen vor allem Klein- und Schulkinder. Gerade wenn die Kleinen zusammen spielen und die Köpfe zusammenstecken, können sich die überaus lästigen, aber ungefährlichen Plagegeister bestens ausbreiten.

Da das normale Haarewaschen die Läuse bestenfalls sauberer macht, sie aber nicht beseitigt, bleibt nur der Gang in die Apotheke. Neben insektizidhaltigen Präparaten, die als Nervengift wirken, sind seit einiger Zeit auch physikalisch wirkende Zubereitungen erhältlich, die die Läuse ersticken sollen. Abzuraten ist von Shampoos, die Läuse abschrecken sollen, denn hierfür fehlen wissenschaftliche Belege.

Das Testergebnis

■ Endlich stehen neben den chemischen Hämmern auch sanftere und dennoch wirksame Substanzen zur Verfügung: Vier Läusemittel bekommen ein „gut“, dabei handelt es sich um physikalisch wirkende Präparate auf der Basis von Silikonen, darunter Dimeticonen und Cyclomethicon. Ihr Nutzen ist in Studien gut belegt. Die Substanzen dringen in die Atemöffnungen der Läuse ein, sodass sie ersticken.

Physikalische Wirkstoffe haben deutlich weniger Nebenwirkungen als die chemischen Hämmer

■ Die *Infectopedicul, Lösung* enthält als Wirkstoff

TEST Läusemittel	Etopril, Lösung	Jacutin Pedicul, Fluid	K.Laus Anti-Läusemittel	Nyda, Pumpspray	Infectopedicul, Lösung	Mosquito Läuse Shampoo
Anbieter	Dr. Wolff	Almirall Hermal	SSL Healthcare (Drogerie)	Pohl-Boskamp	Infectopharm	Wepa
Preis pro Packung in Euro	14,95	14,95	14,95	12,72	13,30	11,95
Produkttyp	Medizinprodukt	Medizinprodukt	Medizinprodukt	Medizinprodukt	Arzneimittel	Medizinprodukt
Zur Anwendung ab	6 Monaten	Säuglingsalter	2 Jahren	2 Jahren	3 Monaten	3 Monaten
Wirkstoffe/maßgebliche Inhaltsstoffe	Dimeticon, Cyclomethicon 5	Silikonöl	Cyclomethicon, Isopropylmyristat	verschiedene Dimeticone	**Permethrin**	Sojaöl, Kokosöl-derivate
Wirkprinzip	erstickend	erstickend	erstickend	erstickend	abtötend	erstickend, loslösend
Wirksamkeit nachgewiesen	**gut**	**gut**	**gut**	**gut**	sehr gut	**wenig überzeugend**
Testergebnis Pharmakologische Begutachtung	gut	gut	gut	gut	ausreichend	ausreichend
Bedenkliche/umstrittene Hilfsstoffe	nein	nein	nein	nein	nein	**PEG/PEG-Derivate**
Testergebnis Hilfsstoffe	sehr gut	sehr gut	sehr gut	sehr gut	sehr gut	gut
Weitere Mängel	nein	nein	nein	**ja**	nein	nein
Testergebnis Weitere Mängel	sehr gut	sehr gut	sehr gut	gut	sehr gut	sehr gut
Anmerkungen		1) 7)	3)	1) 2)	1) 6)	1) 3) 4)
Gesamturteil	**gut**	**gut**	**gut**	**gut**	**ausreichend**	**ausreichend**

Fett gedruckt sind Mängel.
Glossar: Erläuterungen zu den untersuchten Parametern finden Sie auf Seite 140.
Anmerkungen: 1) Produkt wird in der aktuellen Entwesungsmittelliste (Stand: 20.6.2008) geführt. 2) PVC/PVDC/chlorierte Kunststoffe in der Verpackung. 3) Ein Nissenkamm liegt dem Produkt bei. 4) Laut Gebrauchsinformation muss das Produkt zweimal hintereinander jeweils 30 Minuten einwirken. Zur Abdeckung der Haare liegt dem Produkt eine Duschhaube bei. 5) Laut Anbieter wirkt das Produkt loslösend auf Nissen und erstickend auf Läuse. 6) Laut Anbieter liegt der 100-ml-Packung ein Nissenkamm bei, nicht jedoch der 50-ml-Packung. 7) Laut Anbieter liegt der 200-ml-Packung ein Nissenkamm bei, nicht jedoch der 100-ml-Packung. 8) Laut Anbieter wurde das Produkt zur Wirksamkeitsprüfung beim Umweltbundesamt eingereicht.
Legende: Produkte mit dem gleichen Gesamturteil sind in alphabetischer Reihenfolge aufgeführt.
Unter dem Testergebnis Pharmakologische Begutachtung führen zur Abwertung um jeweils vier Noten: a) die Kombination aus Pyrethrumextrakt oder Allethrin mit Piperonylbutoxid; b) eine nicht nachgewiesene Wirksamkeit. Zur Abwertung um jeweils drei Noten führen: a) Permethrin; b) ein wenig überzeugender Nachweis der Wirksamkeit (*Mosquito Läuse Shampoo*). Zur Abwertung um eine Note führt: eine nur „gute“ Wirksamkeit, entweder aufgrund der nur schwachen eitötenden Wirkung von Pyrethrumextrakt und Allethrin oder aufgrund der unvollständigen Tötung aller Läuse bei Präparaten auf Basis von Silikonen oder Kokosnuss- und Anisöl.
Unter dem Testergebnis Hilfsstoffe führen zur Abwertung um jeweils zwei Noten: a) Chlorkresol; b) Diethylenglykol; c) Delta-3-Caren; d) Nitromoschus-Verbindungen. Zur Abwertung um jeweils eine Note führen: a) PEG/PEG-Derivate außer Piperonylbutoxid, wenn dieses bereits

Permethrin. Da diese synthetische Substanz sehr wirksam ist, reicht häufig eine einmalige Anwendung aus. Permethrin wird zwar nur geringfügig durch die intakte Haut aufgenommen. In Tierversuchen wirkte Permethrin allerdings giftig auf Zentralnervensystem und Leber. Als unerwünschte Wirkungen wurden ein vorübergehendes lokales Brennen oder Juckreiz beschrieben. Auch Pyrethrine, die wegen ihrer eingeschränkten Wirksamkeit noch mit weiteren problematischen Stoffen wie Piperonylbutoxid kombiniert werden, haben erhebliche Nebenwirkungen (*Goldgeist Forte, Lösung*; *Jacutin Pedicul, Spray*).

■ Etliche Produkte enthalten bedenkliche und/oder umstrittene Hilfsstoffe, unter anderem problematische Duftstoffe.

Unsere Empfehlungen

✓ Für eine erfolgreiche Behandlung sind die Mittel strikt nach den Empfehlungen der Anbieter anzuwenden. Um die Läuseeier sicher loszuwerden, ist immer eine zweite Behandlung nach acht bis zehn Tagen notwendig.

✓ Vor der Anwendung der Mittel keine Pflegespülungen oder 2-in-1-Shampoos verwenden, da diese einen Schutzfilm um Haare und Läuse legen. Nach der Behandlung die getöteten Läuse und Lauseier mit einem Nissenkamm entfernen.

✓ Kopflausmittel, die das leicht flüchtige und brennbare Cyclomethicon enthalten, sind entzündlich. Vorsicht ist auch bei alkoholhaltigen Sprays *(Paranix, Spray)* oder solchen mit Treibgasen *(Jacutin Pedicul, Spray)* geboten.

Paranix, Spray	Aesculo Gel „L“	Ducray Itax Lotion gegen Kopfläuse, Spray	Liberalice Duo LP-Pro Lotion	Rausch Laus-Stop, Creme	Goldgeist Forte, Lösung	Jacutin Pedicul, Spray
Paracelsia Pharma	Medice	Pierre Fabre	Trommsdorff	Rausch	Eduard Gerlach	Almirall Hermal
19,95	12,97	13,00	15,90	12,90	8,93	14,55
Medizinprodukt	Medizinprodukt	Medizinprodukt	Medizinprodukt	Medizinprodukt	Arzneimittel	Arzneimittel
2 Jahren	keine Angabe	3 Jahren	6 Monaten	3 Jahren	Kleinkindalter (1 Jahr)	Kleinkindalter (1 Jahr)
Kokosnussöl, Anisöl, Ylang-Ylang-Öl	Kokosöl, -derivate	Cyclomethicon, Rizinusöl	Oxyphthirine® (Triglyceride + Lipidester), Allantoin	Andiroba-, Raps-, Kokosöl, Quassia-Essig, ätherische Öle	**Pyrethrumextrakt**	**Allethrin, Piperonylbutoxid**
erstickend, loslösend	erstickend, loslösend	erstickend	erstickend	erstickend	abtötend	abtötend
gut	**nein**	**nein**	**nein**	**nein**	**gut**	**gut**
gut	mangelhaft	mangelhaft	mangelhaft	mangelhaft	ungenügend	ungenügend
Cinnamylalkohol, Delta-3-Caren	**PEG/PEG-Derivate**	nein	nein	**PEG/PEG-Derivate**	**Piperonylbutoxid, Chlorkresol, Diethylenglykol, Nitromoschus-Verbindungen, Hydroxycitronellal, Cinnamylalkohol, PEG/PEG-Derivate**	nein
ausreichend	gut	sehr gut	sehr gut	gut	ungenügend	sehr gut
nein	nein	nein	nein	nein	nein	nein
sehr gut	sehr gut	sehr gut	sehr gut	sehr gut	sehr gut	sehr gut
3) 8)	3) 5)		3) 8)		1)	1)
ausreichend	**mangelhaft**	**mangelhaft**	**mangelhaft**	**mangelhaft**	**ungenügend**	**ungenügend**

in der Kombination mit Pyrethrumextrakt oder Allethrin abgewertet wurde; b) Duftstoffe, die Allergien auslösen können (Hydroxycitronellal, Cinnamylalkohol). Unter dem Testergebnis Weitere Mängel führen zur Abwertung um eine Note: PVC/PVDC/chlorierte Kunststoffe in der Verpackung.

Das Gesamturteil beruht auf dem Testergebnis Pharmakologische Begutachtung und dem Testergebnis Hilfsstoffe. Es kann nicht besser sein als das schlechteste Einzelergebnis. Ein Testergebnis Weitere Mängel, das „befriedigend“ ist, verschlechtert das Testergebnis Hilfsstoffe um eine Note.

Testmethoden: Pharmakologische Begutachtung. Halogenorganische Verbindungen (falls nicht deklariert): a) Wasserdampfdestillation, Binden der organischen Halogene an Aktivkohle, Verbrennung der Aktivkohle im Sauerstoffstrom, microcoulometrische Bestimmung des Halogengehaltes; b) Reinigung der Proben mit Kieselgel; Extraktion mit Essigester, Verbrennung des Extraktes im Sauerstoffstrom, microcoulometrische Bestimmung des Halogengehaltes. Formaldehyd/-abspalter: saure Wasserdampfdestillation, Derivatisierung mit Acetylaceton, Ausschütteln mit n-Butanol und Bestimmung mittels Fotometrie. Duftstoffe, die Allergien auslösen können/Moschus-Verbindungen/Delta-3-Caren: Extraktion mit TBME, GC-MS. Paraffine/Erdölprodukte/Silikonverbindungen: Laut Deklaration und/oder HPLC/RI. PVC/PVDC/chlorierte Kunststoffe: Röntgenfluoreszenzanalyse.

Einkauf der Testprodukte: Mai 2009. Preisberechnung basiert auf kleinstem Produktangebot.

Anbieterverzeichnis: siehe www.oekotest.de

Tests und deren Ergebnisse sind urheberrechtlich geschützt. Ohne schriftliche Genehmigung des Verlages dürfen keine Nachdrucke, Kopien, Mikrofilme oder Einspielungen in elektronische Medien angefertigt und/oder verbreitet werden.

TEST Fieber- und Schmerzmittel

Gerade kleine Kinder reagieren sehr schnell und mit sehr hohem Fieber, da ihr Immunsystem noch nicht vollständig entwickelt ist. Beim Dreitagefieber schießt die Temperatur steil nach oben, teilweise auf über 40 Grad Celsius. Nach drei Tagen sinkt die Temperatur wieder, zurück bleibt für einige Zeit noch ein feinfleckiger Ausschlag.

Fiebersenkende Maßnahmen und Medikamente helfen in der Akutphase, Fieberkrämpfe zu verhindern. Weil aber Fieber bei Kindern auch ein gutes Training für den Körper ist, muss es nicht immer unterdrückt werden. Kinderarzt und ÖKO-TEST-Berater Dr. Falko Panzer empfiehlt, das Kind zu beobachten: „Wenn ein Kind trotz des Fiebers spielt und lacht, ist das anders zu bewerten, als wenn Symptome wie Erbrechen oder Durchfall auftreten."

Unsere Empfehlungen

✓ Die Temperatur misst man bei Kindern am besten im Po. Und: Fieber immer an derselben Stelle messen. Kinder mit Fieber, die stark schwitzen, nicht noch zusätzlich dick einpacken.

✓ Ein fieberndes Kind muss viel trinken. Deshalb immer wieder Getränke anbieten –, aber auch darauf achten, dass der kleine Patient regelmäßig auf die Toilette geht. Am besten sind leicht gesüßte Kräuter- oder Kindertees oder zimmerwarmes Mineralwasser ohne Kohlensäure.

✓ Kinder auf keinen Fall mit Acetylsalicylsäure (ASS, *Aspirin)* behandeln: Bei Viruserkrankungen besteht die Gefahr, dass das Reye-Syndrom mit Hirnhautentzündung und Leberversagen ausgelöst werden kann.

Das Testergebnis

■ Fast alle Mittel im Test schneiden mit „sehr gut" ab.

■ Sicherheit und Wirksamkeit von Paracetamol, das seit über 30 Jahren im Einsatz ist, gelten als gut belegt. Bekannt ist aber auch, dass überdosiertes Paracetamol die Leber schädigen kann. Zu beachten ist, dass der Stoff erst nach einer Stunde zu wirken beginnt und die maximale fiebersenkende Wirkung nach drei Stunden erreicht wird. Eltern sollten sich deshalb strikt an die Dosierung halten und frühestens nach vier bis sechs Stunden erneut Saft oder ein Zäpfchen geben.

Bei Fieber- und Schmerzmitteln haben Eltern die Wahl zwischen Paracetamol und Ibuprofen

■ Der Wirkstoff Ibuprofen gilt ebenfalls als sicher und zuverlässig. In der Wirkung ähneln sich Paracetamol und Ibuprofen. Die Substanz belastet jedoch den Magen. Einzige Einschränkung: Ibuprofen sollte nicht von Kindern unter sechs Monaten eingenommen werden.

TEST Fieber- und Schmerzmittel	Ib-u-ron 150 mg, Zäpfchen	Nurofen Junior Fiebersaft Erdbeer 2%	Nurofen Junior Zäpfchen 125 mg	Paracetamol 250 mg Heumann Zäpfchen	Paracetamol 250 mg Hexal Zäpfchen	Paracetamol 250 mg Supp. - 1A-Pharma, Zäpfchen	ParaCetaMol 250 Suppos Lichtenstein, Zäpfchen
Anbieter	Bene-Arzneimittel	Reckitt Benckiser	Reckitt Benckiser	Heumann	Hexal	1A Pharma	Winthrop
Preis pro Anwendung in Euro	0,31	0,19	0,40	0,15	0,15	0,13	0,15
Darreichungsform	Zäpfchen	Suspension	Zäpfchen	Zäpfchen	Zäpfchen	Zäpfchen	Zäpfchen
Zur Anwendung ab welchem Alter	Kinder von 3 bis 9 Jahren	Säuglinge und Kinder (1/2 bis 9 Jahre)	Kinder ab 2 Jahren	Kinder von 1 bis 6 Jahren	Kinder von 3,5 bis 11 Jahren	Kinder von 2 bis 8 Jahren	Kinder von 1 bis 6 Jahren
Wirkstoff	Ibuprofen	Ibuprofen	Ibuprofen	Paracetamol	Paracetamol	Paracetamol	Paracetamol
Testergebnis Pharmakologische Begutachtung	sehr gut	sehr gut	sehr gut	sehr gut	sehr gut	sehr gut	sehr gut
Bedenkliche/umstrittene Hilfsstoffe	nein	nein	nein	nein	nein	nein	nein
Testergebnis Hilfsstoffe	sehr gut	sehr gut	sehr gut	sehr gut	sehr gut	sehr gut	sehr gut
Weitere Mängel	nein	nein	nein	nein	**ja**	**ja**	**ja**
Testergebnis Weitere Mängel	sehr gut	sehr gut	sehr gut	sehr gut	gut	gut	gut
Anmerkungen		1)			2) 3)	2)	2) 3)
Gesamturteil	**sehr gut**	**sehr gut**	**sehr gut**	**sehr gut**	**sehr gut**	**sehr gut**	**sehr gut**

Fett gedruckt sind Mängel.
Glossar: Erläuterungen zu den untersuchten Parametern finden Sie auf Seite 140.
Anmerkungen: 1) Preis pro Anwendung orientiert sich bei den Lösungen, Suspensionen und Sirupen an einem Messlöffel (= 5 ml). 2) PVC/PVDC/chlorierte Kunststoffe in der Verpackung. 3) Laut Anbieter ist die Anwendung der Zäpfchen in der aktuellen Gebrauchsinformation auf ein Alter der Kinder von 2 bis 8 Jahren geändert worden. 4) Laut Anbieter wurde die Dosierung geändert: Die 250-mg-Dosis wird jetzt zur Anwendung bei Kindern erst ab 3,5 bis 11 Jahren empfohlen.

TEST Fieber- und Schmerzmittel	Ben-u-ron 250 mg, Zäpfchen	Captin Zäpfchen 250 mg	Enelfa Dr. Henk 250 mg, Zäpfchen	Ibuflam Kinder-saft 2%	Ibuprofen AbZ 4% Saft	Ibuprofen AL 2% Saft für Kinder	Ibuprofen-CT 4% Kindersaft
Anbieter	Bene-Arzneimittel	Krewel Meuselbach	Dolorgiet	Winthrop	AbZ Pharma	Aliud Pharma	CT-Arzneimittel
Preis pro Anwendung in Euro	0,15	0,15	0,17	0,18	0,23	0,17	0,23
Darreichungsform	Zäpfchen	Zäpfchen	Zäpfchen	Sirup	Sirup	Suspension	Sirup
Zur Anwendung ab welchem Alter	Kinder von 1 bis 6 Jahren	Kinder von 1 bis 6 Jahren	Kinder von 1 bis 6 Jahren	Säuglinge und Kinder (1/2 bis 12 Jahre)	Kinder ab 1 Jahr	Säuglinge und Kinder (1/2 bis > 12 Jahre)	Kinder ab 1 Jahr
Wirkstoff	Paracetamol	Paracetamol	Paracetamol	Ibuprofen	Ibuprofen	Ibuprofen	Ibuprofen
Testergebnis Pharmakologische Begutachtung	sehr gut	sehr gut	sehr gut	sehr gut	sehr gut	sehr gut	sehr gut
Bedenkliche/umstrittene Hilfsstoffe	nein	nein	nein	nein	nein	nein	nein
Testergebnis Hilfsstoffe	sehr gut	sehr gut	sehr gut	sehr gut	sehr gut	sehr gut	sehr gut
Weitere Mängel	nein	**ja**	**ja**	nein	nein	nein	nein
Testergebnis Weitere Mängel	sehr gut	gut	gut	sehr gut	sehr gut	sehr gut	sehr gut
Anmerkungen		2) 4)	2)	1)	1)	1)	1)
Gesamturteil	**sehr gut**	**sehr gut**	**sehr gut**	**sehr gut**	**sehr gut**	**sehr gut**	**sehr gut**

Paracetamol AbZ 250 mg, Zäpfchen	Paracetamol AL 250 Zäpfchen	Paracetamol AL Saft	Paracetamol BC 250 mg Zäpfchen	Paracetamol Saft - 1A Pharma	ParaCetaMol Saft 4% Lichtenstein	Paracetamol Saft Hexal 200 mg/5ml	Paracetamol Sandoz 250 mg Zäpfchen	Paracetamol Stada 200 mg/5ml, Saft
AbZ Pharma	Aliud Pharma	Aliud Pharma	Berlin-Chemie	1A Pharma	Winthrop	Hexal	Sandoz	Stada
0,13	0,13	0,16	0,15	0,16	0,16	0,16	0,15	0,16
Zäpfchen	Zäpfchen	Lösung	Zäpfchen	Lösung	Lösung	Lösung	Zäpfchen	Lösung
Kinder von 3,5 bis 11 Jahre	Kinder von 1 bis 6 Jahren	Säuglinge und Kinder (1/2 bis 12 Jahre)	Kinder von 2 bis 8 Jahren	Säuglinge und Kinder (1/2 bis 12 Jahre)	Säuglinge und Kinder (1/2 bis > 12 Jahre)	Säuglinge und Kinder (1/2 bis 12 Jahre)	Kinder von 1 bis 6 Jahren	Kinder ab 6 Monate
Paracetamol	Paracetamol	Paracetamol	Paracetamol	Paracetamol	Paracetamol	Paracetamol	Paracetamol	Paracetamol
sehr gut	sehr gut	sehr gut	sehr gut	sehr gut	sehr gut	sehr gut	sehr gut	sehr gut
nein	nein	nein	nein	nein	nein	nein	nein	nein
sehr gut	sehr gut	sehr gut	sehr gut	sehr gut	sehr gut	sehr gut	sehr gut	sehr gut
ja	nein	nein	**ja**	nein	nein	nein	nein	nein
gut	sehr gut	sehr gut	gut	sehr gut	sehr gut	sehr gut	sehr gut	sehr gut
2) 3)	3)	1)	2)	1)	1)	1)		1)
sehr gut	**sehr gut**	**sehr gut**	**sehr gut**	**sehr gut**	**sehr gut**	**sehr gut**	**sehr gut**	**sehr gut**

Legende: Produkte mit dem gleichen Gesamturteil sind in alphabetischer Reihenfolge aufgeführt.
Unter dem Testergebnis Hilfsstoffe führen zur Abwertung um jeweils eine Note: a) die Farbstoffe Gelborange S (E 110), Ponceau 4R oder Cochenillerot (E 124) und/oder Allurarot AC (E 129); b) Natriumbenzoat.
Unter dem Testergebnis Weitere Mängel führen zur Abwertung um eine Note: PVC/PVDC/chlorierte Kunststoffe in der Verpackung.
Das Gesamturteil beruht auf dem Testergebnis Pharmakologische Begutachtung und dem Testergebnis Hilfsstoffe. Es kann nicht besser sein als das schlech-

TEST Fieber- und Schmerzmittel	Paracetamol Stada 250 mg Zäpfchen	Paracetamol-CT 250 mg Zäpfchen	Paracetamol-CT Fiebersaft	Paracetamol-ratiopharm 250 mg, Zäpfchen	Paracetamol-ratiopharm Lösung	Parapaed Kindersaft
Anbieter	Stada	CT-Arzneimittel	CT-Arzneimittel	Ratiopharm	Ratiopharm	Dr. Ritsert
Preis pro Anwendung in Euro	0,13	0,15	0,16	0,15	0,16	0,16
Darreichungsform	Zäpfchen	Zäpfchen	Lösung	Zäpfchen	Lösung	Lösung
Zur Anwendung ab welchem Alter	Kinder von 1 bis 6 Jahren	Kinder von 3,5 bis 11 Jahren	Säuglinge und Kinder (1/2 bis 12 Jahre)	Kinder von 3,5 bis 11 Jahren	Säuglinge und Kinder (1/2 bis 12 Jahre)	Säuglinge und Kinder (1/4 bis 9 Jahre)
Wirkstoff	Paracetamol	Paracetamol	Paracetamol	Paracetamol	Paracetamol	Paracetamol
Testergebnis Pharmakologische Begutachtung	sehr gut	sehr gut	sehr gut	sehr gut	sehr gut	sehr gut
Bedenkliche/umstrittene Hilfsstoffe	nein	nein	nein	nein	nein	nein
Testergebnis Hilfsstoffe	sehr gut	sehr gut	sehr gut	sehr gut	sehr gut	sehr gut
Weitere Mängel	nein	nein	nein	**ja**	nein	nein
Testergebnis Weitere Mängel	sehr gut	sehr gut	sehr gut	gut	sehr gut	sehr gut
Anmerkungen	3)		1)	2)	1)	1)
Gesamturteil	**sehr gut**	**sehr gut**	**sehr gut**	**sehr gut**	**sehr gut**	**sehr gut**

TEST Fieber- und Schmerzmittel	RubieMol 250, Zäpfchen	RubieMol Saft	Ben-u-ron Saft	Enelfa Dr. Henk, Saft	Paracetamol BC 200 mg Saft	Dolormin für Kinder Ibuprofensaft 4%
Anbieter	RubiePharm	RubiePharm	Bene-Arzneimittel	Dolorgiet	Berlin-Chemie	McNeil
Preis pro Anwendung in Euro	0,13	0,16	0,16	0,18	0,16	0,25
Darreichungsform	Zäpfchen	Lösung	Sirup	Lösung	Lösung	Suspension
Zur Anwendung ab welchem Alter	Kinder von 1 bis 6 Jahren	Kinder von 3,5 bis 12 Jahren	Säuglinge und Kinder (1/4 bis 9 Jahre)	Säuglinge und Kinder (1/4 bis 6 Jahre)	Säuglinge und Kinder (1/2 bis 12 Jahre)	Kinder ab 3 Jahren
Wirkstoff	Paracetamol	Paracetamol	Paracetamol	Paracetamol	Paracetamol	Ibuprofen
Testergebnis Pharmakologische Begutachtung	sehr gut	sehr gut	sehr gut	sehr gut	sehr gut	sehr gut
Bedenkliche/umstrittene Hilfsstoffe	nein	nein	**Farbstoff E 110**	**Farbstoff E 124**	**Farbstoff E 110**	**Natriumbenzoat, Farbstoff E 129**
Testergebnis Hilfsstoffe	sehr gut	sehr gut	gut	gut	gut	befriedigend
Weitere Mängel	**ja**	nein	nein	nein	nein	nein
Testergebnis Weitere Mängel	gut	sehr gut	sehr gut	sehr gut	sehr gut	sehr gut
Anmerkungen	2)	1)	1)	1)	1)	1)
Gesamturteil	**sehr gut**	**sehr gut**	**gut**	**gut**	**gut**	**befriedigend**

teste Einzelergebnis. Ein Testergebnis Weitere Mängel, das „befriedigend“ ist, verschlechtert das Testergebnis Hilfsstoffe um eine Note.

Testmethoden: Pharmakologische Begutachtung. PVC/PVDC/chlorierte Kunststoffe: Röntgenfluoreszenzanalyse.

Einkauf der Testprodukte: Mai 2009. Preisberechnung basiert auf kleinstem Produktangebot.

Anbieterverzeichnis: siehe www.oekotest.de

Tests und deren Ergebnisse sind urheberrechtlich geschützt. Ohne schriftliche Genehmigung des Verlages dürfen keine Nachdrucke, Kopien, Mikrofilme oder Einspielungen in elektronische Medien angefertigt und/oder verbreitet werden.

Die gesunde Mischung für Ihre Risiko-Lebensversicherung.

Jetzt bis zu 25 % Gesundheitsrabatt sichern.[1]

Nur 5 € für 150.000 € Risikoschutz![2]

Jetzt mit bis zu 25 % Rabatt.[1]

Gesund leben lohnt sich doppelt. Denn wer auf seine Gesundheit achtet, lebt länger und bekommt deshalb nach einem ärztlichen Mini-Check von ASSTEL bis zu 25 % Rabatt auf seine Risiko-Lebensversicherung.[1]

Hier unverbindlich informieren:

0221 - 9 677 942 oder **www.asstel.de**

Mo.–Fr. 8–21 Uhr, Sa. 8–16 Uhr

Capital
April 2008
1. PLATZ
Im Test: Risikolebensversicherung, Mann, 38 Jahre, Nichtraucher, Body-Mass-Index 20–25, 17 Jahre Laufzeit, Versicherungssumme 340.000 EUR
Quelle: Capital, Ausgabe 7/2008

ASSTEL
DIREKT GUT VERSICHERT

[1] Bis zu 25 % reduzierter Beitrag = durch persönlichen Mini-Check beim Arzt Ihrer Wahl ab 150.000 EUR Risikoschutz
[2] Beispielrechnung: Mann, Nichtraucher, 25 Jahre, 10 Jahre Laufzeit, normale Versicherbarkeit vorausgesetzt (inkl. Mini-Check), monatlicher Beitrag bei jährlicher Zahlungsweise

TEST Fluoridtabletten

Um die Zähne von Anfang an vor Karies zu schützen, gibt es Fluoridtabletten. Fluorid härtet den Zahnschmelz und verringert so das Auftreten der Zahnfäule. Darin sind sich die Experten einig. Sie streiten allerdings darüber, wie und wann das Fluorid an und in den Zahn zu bringen ist.

Nach den Vorstellungen der Zahnärzte sollten ab dem Durchbruch des ersten Milchzahnes bis zum Durchbruch des ersten bleibenden Zahnes Zahnpasten mit einer niedrigen Fluoridkonzentration (0,05 % Fluorid, entspricht 500 ppm) verwendet werden. Zudem sollte im Haushalt fluoridhaltiges Speisesalz zum Kochen und Backen verwendet werden.

Vieles spricht dafür, vom ersten Zahn an fluoridhaltige Kinderzahnpasten zu verwenden. Denn zahlreiche Untersuchungen haben gezeigt, dass Fluoride in erster Linie durch direkten Kontakt mit dem Zahn karieshemmend wirken. Fluoridtabletten sollten deshalb gelutscht und nicht geschluckt werden – was Babys und Kleinkinder aber noch nicht können.

Foto: stelegin/Fotolia.com

Die Kinderärzte (Deutsche Akademie für Kinder- und Jugendmedizin) hingegen empfehlen die Einnahme von Fluorid in den ersten drei Lebensjahren und lehnen die Anwendung von Zahnpasta ab, da die Kleinen sie nicht zuverlässig ausspucken können. Vorteil der Fluoridtabletten: Werden sie geschluckt, wirken sie sich vor allem positiv auf die Zahnkeime der bleibenden Zähne aus.

Ob Fluoridtabletten oder fluoridhaltige Zahnpasten – darüber gehen die Meinungen auseinander

Zum Teil wird Fluorid mit Vitamin D kombiniert, um die Knochen zu stärken und einer Rachitis vorzubeugen. Denn Vitamin D wird für die Aufnahme von Calcium aus dem Darm und für den Einbau in den Knochen gebraucht. Der Körper kann Vitamin D selbst bilden, wenn genug Sonnenlicht auf die Haut einwirkt. Bei Säuglingen reicht das unter unseren Klimabedingungen oft nicht aus. Deshalb wird empfohlen, Säuglingen während ihres ersten Lebensjahres kleine Mengen Vitamin D zu geben.

Das Testergebnis

■ Alle Fluoridtabletten schneiden mit „sehr gut“ oder „gut“ ab. Die Dosierungsanweisungen berücksichtigen das Alter der Kinder und die Fluoridkonzentration des Trinkwassers.

■ Die *Fluoretten 0,5 mg, Lutschtabletten* enthalten den gelben Farbstoff Chinolingelb (E 104), der mit einer Beeinträchtigung der Aktivität und Aufmerksamkeit von Kindern in Verbindung gebracht wird.

TEST Fluoridtabletten	D-Fluoretten 500 I.E., Tabletten	Fluoretten 0,25 mg, Lutschtabletten	Fluor-Vigantoletten 1000, Tabletten	Fluor-Vigantoletten 500, Tabletten	Zymafluor 0,25 mg, Tabletten	Zymafluor 0,5 mg, Lutschtabletten
Anbieter	Sanofi-Aventis	Sanofi-Aventis	Merck	Merck	Novartis	Novartis
Preis für eine Monatsdosis in Euro	2,36	1,00	2,82	2,36	0,64	0,75
Zur Anwendung in welchem Alter	0-2 Jahre	0-3 Jahre	Frühgeborene	0-2 Jahre	0-6 Jahre	3-6 Jahre
Wirkstoffe (pro Tablette)	0,25 mg Fluorid; 12,5 µg Vitamin D3	0,25 mg Fluorid	0,25 mg Fluorid; 25 µg Vitamin D3	0,25 mg Fluorid; 12,5 µg Vitamin D3	0,25 mg Fluorid	0,50 mg Fluorid
Testergebnis Pharmakologische Begutachtung	sehr gut	sehr gut	sehr gut	sehr gut	sehr gut	sehr gut
Bedenkliche/umstrittene Hilfsstoffe	nein	nein	nein	nein	nein	nein
Testergebnis Hilfsstoffe	sehr gut	sehr gut	sehr gut	sehr gut	sehr gut	sehr gut
Weitere Mängel	**ja**	**ja**	**ja**	**ja**	nein	nein
Testergebnis Weitere Mängel	gut	gut	gut	gut	sehr gut	sehr gut
Anmerkungen	1)	1)	1)	1)		2)
Gesamturteil	**sehr gut**	**sehr gut**	**sehr gut**	**sehr gut**	**sehr gut**	**sehr gut**

Unsere Empfehlungen

✓ Erste Wahl bei der Kariesprophylaxe mit Fluoriden sind fluoridierte Zahnpasten, denn Fluorid wirkt vor allem lokal. Wird eine fluoridhaltige Zahnpasta verwendet, sind Fluoridtabletten nicht erforderlich. Bei einer Überdosierung können sich nämlich dauerhaft weiße Flecken am Zahnschmelz bilden.

✓ Wer seinem Kind Fluoridtabletten gibt, lässt sich am besten vom Kinderarzt eine Kombination mit Vitamin D3 verschreiben.

✓ Den Fluoridgehalt des Trinkwassers kennen die örtlichen Gesundheitsämter und die Wasserversorger. Bei Gehalten von über 0,7 mg/l Fluorid keine Fluoridtabletten geben. Auch speziell für die Säuglingsnahrung ausgelobte Mineralwässer halten diesen Wert ein.

Fett gedruckt sind Mängel.
Glossar: Erläuterungen zu den untersuchten Parametern finden Sie auf Seite 140.
Anmerkungen: 1) PVC/PVDC/chlorierte Kunststoffe in der Verpackung. 2) Laut Gebrauchs- und Fachinformation gilt die Dosierung von einer Tablette *Zymafluor 0,5 mg, Lutschtabletten* für Kinder von 3 bis < 6 Jahren bei einer Fluoridkonzentration im Trinkwasser von unter 0,3 mg/l sowie für Kinder ab 6 Jahren bei einer Fluoridkonzentration im Trinkwasser von 0,3 bis 0,7 mg/l. 3) Laut Anbieter gibt es auch *Fluoretten 1 mg, Lutschtabletten* für Kinder ab 6 Jahren.
Legende: Produkte mit dem gleichen Gesamturteil sind in alphabetischer Reihenfolge aufgeführt.
Unter dem Testergebnis Hilfsstoffe führt zur Abwertung um eine Note: der Farbstoff Chinolingelb (E 104).
Unter dem Testergebnis Weitere Mängel führen zur Abwertung um eine Note: PVC/PVDC/chlorierte Kunststoffe in der Verpackung.
Das Gesamturteil beruht auf dem Testergebnis Pharmakologische Begutachtung und dem Testergebnis Hilfsstoffe. Es kann nicht besser sein als das schlechteste Einzelergebnis. Ein Testergebnis Weitere Mängel, das „befriedigend" ist, verschlechtert das Testergebnis Hilfsstoffe um eine Note.
Testmethoden: Pharmakologische Begutachtung. PVC/PVDC/chlorierte Kunststoffe: Röntgenfluoreszenzanalyse.
Einkauf der Testprodukte: Mai 2009. Preisberechnung basiert auf kleinstem Produktangebot.
Anbieterverzeichnis: siehe www.oekotest.de

Zymafluor D 1000, Tabletten	Zymafluor D 500 c.C., Tabletten	Zymafluor D 500, Tabletten	Fluoretten 0,5 mg, Lutschtabletten
Novartis	Novartis	Novartis	Sanofi-Aventis
2,82	2,05	2,36	1,10
Frühgeborene	0-2 Jahre	0-2 Jahre	3-6 Jahre
0,25 mg Fluorid; 25 µg Vitamin D3	0,25 mg Fluorid; 12,5 µg Vitamin D3	0,25 mg Fluorid; 12,5 µg Vitamin D3	0,50 mg Fluorid
sehr gut	sehr gut	sehr gut	sehr gut
nein	nein	nein	**Farbstoff E 104**
sehr gut	sehr gut	sehr gut	gut
ja	**ja**	**ja**	**ja**
gut	gut	gut	gut
1)	1)	1)	1) 3)
sehr gut	**sehr gut**	**sehr gut**	**gut**

Anzeige

visomat®
comfort 20/40
Die sanfte Blutdruckmessung

Oberarm-Blutdruckmessgerät
PZN 4181866, ***Erhältlich in Ihrer Apotheke***

- *Angenehm kurzer Messvorgang durch* ***Messung während des Aufpumpens***
- *Universalmanschette für die ganze Familie für normale bis extrastarke Arme (****23-43 cm****)*
- *Erkennung von Herzrhythmusstörungen*
- *validierte Messgenauigkeit nach DIN-EN, DHL und ESH in Deutschland*
- *Hautverträgliche Manschette*
- *3 Jahre Garantie*

hautverträglich ISO 10993 skin-friendly

www.visomat.de • Besser Messen
UEBE Germany

Bluthochdruck

Die unterschätzte Gefahr

Zu hohen Blutdruck bemerkt kaum jemand von alleine. Doch wenn der rote Lebenssaft mit zu viel Druck durch die Adern rauscht, kann das schlimme gesundheitliche Folgen haben.

Das Fatale am Bluthochdruck ist, dass er nicht wehtut. Denn genau deshalb wird er erstens oft nur zufällig entdeckt und zweitens von den Betroffenen häufig nicht ernst genug genommen. So ging es auch Dieter Wohlfahrt. „Eigentlich war es nur eine Routineuntersuchung. Da sagt der Hausarzt besorgt zu mir, dass der Blutdruck viel zu hoch sei – 160 zu 105. Doch ich habe erst einmal gedacht: Mir geht es doch gut, was soll das denn?“ Sein Arzt musste einiges an Überzeugungsarbeit leisten, um dem 54-Jährigen den Ernst der Situation klarzumachen.

Weil der Körper erst einmal keinen Alarm schlägt und man sich eigentlich gut fühlt, sieht so mancher nicht ein, warum er etwas unternehmen soll. Aber: Ein zu hoher Blutdruck, medizinisch korrekt Hypertonie genannt, verkürzt die Lebenserwartung massiv. Denn der hohe Druck, mit dem das Blut durch die Adern drängt, schädigt die Gefäßwände – sie werden anfälliger für Ablagerungen. Das verengt nicht nur die Adern, sodass das Herz dauerhaft mit mehr Kraft pumpen muss und möglicherweise früher schlappmacht als geplant. Die Verkalkungen erhöhen auch das Risiko für einen

Foto: Banana Stock

Schlaganfall oder Herzinfarkt: Drei Viertel aller Herzinfarktpatienten litten zuvor an Hypertonie. Beim Schlaganfall haben neun von zehn Betroffenen einen zu hohen Blutdruck.

Und auch die Nieren können durch zu hohen Blutdruck geschädigt werden. Diese Organe sind von vielen feinen Gefäßknäueln durchzogen. Wenn deren Innenhaut durch den hohen Druck beschädigt wird, funktionieren die Nieren nicht mehr wie ein Sieb: Abbauprodukte unseres Stoffwechsels, die sonst hier ausgefiltert und über den Urin ausgeschieden werden, belasten den Körper. Wird nichts dagegen unternommen, kann das auch zum völligen Versagen der Nieren führen. Das Blut muss dann über ein Dialysegerät gereinigt werden, an das die Betroffenen zwei- bis dreimal wöchentlich einige Stunden angeschlossen werden.

Bilderbuchwert 120 zu 80

Dennoch: Misst der Arzt beim Gesundheitscheck zu hohe Werte, ist das zunächst weder ein Todesurteil noch ein Grund, lebenslang Pillen zu schlucken. Vor allem, wenn der Blutdruck nur leicht erhöht ist, reicht es meist schon, gesünder zu leben. Denn Übergewicht, Bewegungsmangel oder zu viel Stress treiben den Blutdruck in die Höhe. Wer dagegen etwas unternimmt, hat gute Chancen, die Krankheit in den Griff zu bekommen und wieder zu normalen Blutdruckwerten zu gelangen.

120 zu 80 gilt als Bilderbuchwert. Die erste Zahl gibt den systolischen Druck an. Er entsteht, wenn sich das Herz zusammenzieht und Blut in den Kreislauf pumpt. Der zweite Wert beschreibt den diastolischen Druck. Dieser herrscht in den Adern, wenn sich das Herz zwischen zwei Schlägen entspannt und wieder mit Blut füllt. Angegeben wird der Blutdruck in mm HG, das heißt Millimeter Quecksilbersäule. Die Bezeichnung stammt aus der Zeit, als die Messgeräte noch das giftige Schwermetall Quecksilber (chemisches Zeichen: Hg) enthielten. Heute arbeiten die Geräte mit ungiftigen Inhaltsstoffen oder messen den Druck, indem sie die Schwingungen der Blutgefäße erfassen und auswerten. Die alte Messeinheit aber ist geblieben.

Gewisse Schwankungen beim Blutdruck sind normal. Im Winter sind die Werte meist höher als im Sommer, weil sich die Blutgefäße zusammenziehen, um keine Wärme zu verlieren. Deshalb muss das Herz mit größerem Druck pumpen. Auch wenn wir uns ärgern oder anstrengen, steigt der Blutdruck schnell mal, sinkt dann aber auch wieder. Bei vielen Menschen steigt der Blutdruck schon vor Aufregung, wenn der Arzt oder eine hübsche Helferin nur die Manschette anlegen: Weißkittelhypertonie nennen das die Fachleute. Nachts dagegen ist der Blutdruck in der Regel niedriger, weil im Schlaf keine Stresshormone produziert werden.

Werte bis 140/90 mm Hg gelten noch als normal und nicht besonders besorgniserregend. Problematisch wird es aber, wenn der Blutdruck dauerhaft höher ist. Auch wenn nur einer der beiden Blutdruckwerte zu hoch ist oder wenn – vor allem bei älteren Patienten – die Differenz zwischen den beiden Werten über 60 bis 65 mm Hg liegt, wird der Arzt weitere Untersuchungen veranlassen (siehe Kasten). Kritisch wird es vor allem, wenn noch andere Risikofaktoren für Herz-Kreislauf-Erkrankungen hinzukommen, beispielsweise hohe Cholesterinwerte, das fortgeschrittene Alter der Betroffenen, Übergewicht, eine Diabeteserkrankung oder starkes Rauchen.

Häufig keine eindeutigen Ursachen

Genaue Zahlen gibt es nicht, aber Experten schätzen, dass mindestens 30 bis 40 Prozent der erwachsenen Deutschen an Bluthochdruck leiden, ab einem Alter von 50 Jahren hat sogar jeder Zweite zu hohe Werte. Die Ursachen sind meistens unklar. Bei den meisten Menschen hat der Bluthochdruck keinen erkennbaren Grund, Mediziner nennen das essenzielle oder primäre Hypertonie. Nur bei einem von zehn Patienten entsteht der Bluthochdruck durch andere Erkrankungen. Dabei handelt es sich meist um Nierenerkrankungen. Aber auch eine Überfunktion der Schilddrüse oder ein Tumor der Nebenniere können den Hormonhaushalt so stören, dass der Blutdruck in die Höhe schießt. Auch manche Medikamente lassen die Werte steigen – dazu gehören die Pille, einige Appetitzügler sowie bestimmte Rheuma- und Schmerzmittel.

Doch in 90 Prozent aller untersuchten Fälle lässt sich keine eindeutige Ursache finden. Denn es gibt ein Bündel von Faktoren, die die Hypertonie verursachen können: Vererbung, übermäßiger Alkoholgenuss, Übergewicht, Dauerstress. Deshalb wird der behandelnde Arzt dem betroffenen Patienten vor

Wenn die Werte zu hoch sind

Das will der Arzt wissen

- Gab es in der Familie Nierenschäden, Herzkrankheiten, Schlaganfälle, Diabetes?
- Ist der Patient schon wegen solcher Krankheiten behandelt worden?
- Verwendet er blutdrucksteigernde Medikamente?
- Nimmt er blutdrucksteigernde Suchtmittel?
- Wie sind die Ernährungsgewohnheiten?
- Wie steht es um Stress, Verkehrslärm, Sport?
- Tauchen regelmäßig Schweißausbrüche, Herzklopfen, Brustschmerzen oder kalte Gliedmaßen auf?

Das untersucht der Arzt

Durch Anschauen, Abtasten und Abhören überprüft der Arzt, ob Nieren, Herz oder Blutgefäße bereits geschädigt sind. Bei Verdachtsmomenten, etwa Strömungsgeräuschen in der Halsschlagader oder tastbar vergrößerten Nieren, wird er weitere Untersuchungen veranlassen.

Diese Werte misst der Arzt

- Gewicht, Größe, Taillenumfang
- Blutzucker, Cholesterin und Triglyzeride im Blut
- Dazu weitere Werte wie Harnsäure oder Kreatinin
- Urinanalyse
- Elektrokardiogramm (EKG)

An diese Routinetests können sich weitere Untersuchungen anschließen, etwa Ultraschallaufnahmen von Herz und Arterien.

allem zu einem gesünderen Leben raten – regelmäßige Bewegung, eine gesündere Ernährung, das Lernen von Entspannungstechniken gegen Stress, wenig Alkohol und möglichst keine Zigaretten. Ist der Blutdruck deutlich zu hoch, wird der Arzt zusätzlich Medikamente gegen die Hypertonie verordnen (siehe Seite 56).

Auch Dieter Wohlfahrt arbeitet jetzt an sich und seinen Blutdruckwerten. Mit 160/105 mm Hg und leichtem Übergewicht wird er nach den Leitlinien der Deutschen Hochdruckliga in die Gruppe der Leute mit mäßig erhöhtem Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen eingestuft. Bei ihnen soll nach diesen Empfehlungen erst einmal versucht werden, durch eine Veränderung der Lebensweise eine Blutdrucksenkung zu erreichen. „Zweimal die Woche Nordic Walking, außerdem noch einmal ins Fitness-Studio – das hat schon viel gebracht“, freut sich der Hamburger. Zum einen hat er nach vier Monaten drei Kilo abgespeckt und fühlt sich körperlich fitter, zum anderen pendeln sich die Werte allmählich auf einem niedrigeren Niveau ein. Trotzdem wird er wohl nicht drum herumkommen, weiter regelmäßig seinen Blutdruck zu kontrollieren. „Aber daran habe ich mich jetzt schon gewöhnt, das gehört einfach zum Tagesablauf dazu.“

Birgit Schumacher

Die wichtigsten Fragen und Antworten

Gibt es Symptome, die auf Bluthochdruck hinweisen?

Die meisten Menschen mit Bluthochdruck haben erst einmal keine Beschwerden, sondern fühlen sich durchaus wohl. Erst mit zunehmender Dauer können Symptome wie Kopfschmerzen, Schwindel, Engegefühle in der Brust oder Sehstörungen auftreten. Bei solchen Warnzeichen sollte man unbedingt den Blutdruck kontrollieren lassen.

Foto: Digital Vision

Was hat das Gewicht mit dem Blutdruck zu tun?

Jedes zusätzliche Kilogramm Gewicht treibt den Blutdruck leicht in die Höhe, weil die Fettzellen über den Blutstrom ernährt werden müssen. Kein Wunder also, dass die meisten Menschen mit Übergewicht auch zu hohe Blutdruckwerte aufweisen. Wer seine Blutdruckwerte wieder senken will, sollte deshalb vor allem eines: abnehmen. Das Institut für Qualität und Wirtschaftlichkeit im Gesundheitswesen hat bei einer Metaanalyse – einer Auswertung mehrerer bereits vorhandener Studien – festgestellt, dass der Blutdruck stärker sank, wenn die Betroffenen ihre Kilos mithilfe einer Diät verloren, als wenn sie Medikamente zur Gewichtsreduktion einnahmen. Bei einer Gewichtsabnahme von vier Kilogramm innerhalb eines Jahres aufgrund einer veränderten Ernährung sank der Blutdruck systolisch um 3 bis 10 mm Hg und diastolisch um 1 bis 6 mm Hg. Medikamente mit dem Wirkstoff Orlistat *(Xenical)* dagegen ließen den Blutdruck nur um systolisch 0 bis 4 mm Hg und diastolisch um 1 bis 3 mm Hg abfallen – bei ähnlicher Gewichtsabnahme. Der Wirkstoff Sibutramin *(Reductil)* ist in diesem Zusammenhang gar nicht zu empfehlen: Es half zwar beim Abnehmen, der Blutdruck aber blieb gleich oder stieg sogar noch an.

Wann empfiehlt sich ein Besuch beim Spezialisten, einem Hypertensiologen?

Im Prinzip kennen sich auch allgemeinpraktische Ärzte oder Internisten mit der Therapie des Bluthochdrucks aus. Wenn die Werte aber nicht sinken oder Sie mit der Behandlung unzufrieden sind, kann ein Termin beim Hypertensiologen sinnvoll sein. Wo es solche Fachärzte gibt, kann man über die Internetseite der Deutschen Hochdruckliga herausfinden: www.hochdruckliga.de, dann im Kasten „Fachinformationen“ die Zeile „Hypertensiologe DHL“ anklicken.

Deutschlands erstes TV-Magazin ist neu:

Die beste HÖRZU aller Zeiten!

Die neue neue HÖRZU. Jetzt testen!

Wann empfiehlt sich eine 24-Stunden-Messung des Blutdrucks?

Sinnvoll ist eine solche Messung eigentlich immer, wenn der Arzt in der Praxis mehrmals erhöhte Werte feststellt. Bei der 24-Stunden-Messung erhält der Patient eine Manschette mit einem eingebauten Messgerät, das alle 15 bis 20 Minuten den Blutdruck bestimmt und das Ergebnis abspeichert. Parallel dazu führt der Betroffene ein Tagebuch, um im Nachhinein feststellen zu können, ob besondere Ereignisse den Blutdruck beeinflusst haben. So zeigt sich, wie die Werte im Alltag sind und ob sie nachts deutlich absinken. Der 24-Stunden-Mittelwert entspricht der Norm, wenn er einen oberen Wert von 130 mm Hg bzw. einen unteren Wert von 80 mm Hg nicht überschreitet. Der Tagesmittelwert sollte systolisch nicht höher als 135 mm Hg und diastolisch nicht höher als 85 mm Hg sein. Dabei dürfen höchstens 20 Prozent der einzelnen Blutdruckmesswerte den systolischen Wert von 140 mm Hg bzw. den diastolischen von 90 mm Hg überschreiten. Außerdem sollte der nächtliche Blutdruck unter normalen Bedingungen mindestens um 10 mm Hg systolisch und diastolisch abfallen.

Warum ist Sport gut gegen Hypertonie?

Regelmäßige körperliche Bewegung trainiert Herz und Kreislauf, regt den Stoffwechsel an und normalisiert so auch den Blutdruck. Außerdem kann der Sport helfen, Übergewicht abzubauen. Experten empfehlen drei Trainingseinheiten pro Woche, am besten Ausdauersportarten wie Walken, Joggen, Radfahren oder Schwimmen. Was hier infrage kommt, hängt allerdings auch ein wenig vom Alter ab. Bei älteren Menschen reicht oft schon ein halbstündiger zügiger Spaziergang. Wichtig ist jedenfalls, dass der gewählte Sport Spaß macht, sonst ist der anfängliche Schwung schnell verflogen.

Wann helfen Entspannungstechniken?

Für Menschen, bei denen der tägliche Stress den Blutdruck steigen lässt, sind Entspannungstechniken wie das autogene Training oder die progressive Muskelentspannung nach Jacobson sinnvolle Therapien. Die körperliche Entspannung wirkt sich positiv auf die Psyche aus, Stresshormone werden abgebaut und der Blutdruck sinkt. Manche Krankenkassen beteiligen sich an den Kosten für entsprechende Kurse.

Ist hoher Blutdruck in der Schwangerschaft gefährlich?

Die meisten Frauen neigen erst nach den Wechseljahren zu Bluthochdruck, im gebärfähigen Alter sind die Werte in der Regel normal. Allerdings steigt bei manchen werdenden Müttern der Blutdruck während der Schwangerschaft an. Eine Schwangerschaftshypertonie, die sich erst im dritten Drittel der Schwangerschaft entwickelt, klingt meist spätestens sechs Wochen nach der Entbindung wieder ab. Hier sollte der Blutdruck zwar regelmäßig kontrolliert werden, eine Behandlung mit Medikamenten ist aber normalerweise nicht notwendig. Anders sieht es aus, wenn in der zweiten Schwangerschaftshälfte nicht nur der Blutdruck steigt, sondern auch auffallend rasch Wasser im ganzen Körper

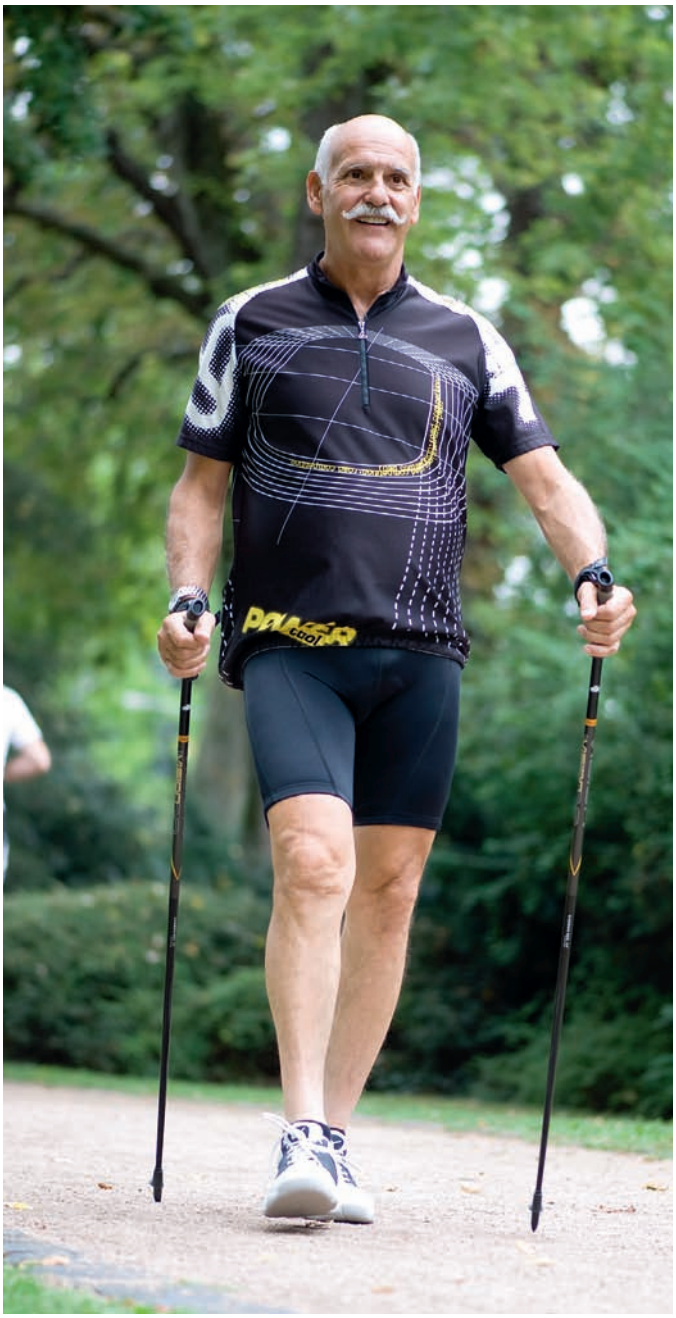


Foto: irisblende.de

eingelagert wird und Eiweiß im Urin nachzuweisen ist. Das sind die Symptome einer gefährlichen Form der Schwangerschaftshypertonie, die bei schwerem Verlauf zu Krämpfen und Organversagen bei der Mutter und sogar zum Tod des Babys führen kann. Bei den Routineuntersuchungen während der Schwangerschaft kann eine solche Präeklampsie genannte Komplikation rechtzeitig festgestellt werden. Frauen mit Diabetes, chronischem Blutdruck oder einer Nierenerkrankung sollten dagegen während einer Schwangerschaft engmaschiger überwacht werden.

Wird die Präeklampsie erkannt, ist körperliche Ruhe und Schonung, manchmal auch Bettruhe, oft schon ausreichend. Hin und wieder sind aber auch die Einnahme blutdrucksenkender Mittel und eine stationäre Aufnahme ins Krankenhaus unvermeidlich. In schweren Fällen muss die Schwangerschaft frühzeitig durch einen Kaiserschnitt beendet werden, um das Baby zu retten. Nach der Geburt bilden sich die Symptome meist von selbst zurück.

Welche Ernährung wird für Bluthochdruckbetroffene empfohlen?

Weg von den Fettkalorien hin zum ballaststoff- und vitaminreichen Essen lautet die Devise. Das geht am besten mit viel Obst, frischen Salaten, Gemüse, Vollkornprodukten, fettarmen Milchprodukten und wenig Fleisch. Besser als gesättigte Fettsäuren, die beispielsweise in Butter oder Fleisch stecken, sind ungesättigte Fettsäuren, die in Fisch und Pflanzenölen vorkommen. Außerdem möglichst auf salzhaltige Lebensmittel verzichten. Die Deutsche Hochdruckliga empfiehlt für Menschen mit Bluthochdruck nur sechs Gramm Kochsalz täglich. Zwar sind nicht alle Hochdruckkranke „salzempfindlich" und reagieren allein auf eine beschränkte Kochsalzaufnahme mit deutlich niedrigeren Werten. Aber die Wirkung der meisten blutdrucksenkenden Medikamente wird durch eine salzarme Ernährung verstärkt – auch bei salzunempfindlichen Hypertonikern. Also: Salzige Knabbereien, gesalzene Gemüsesäfte, Fertiggerichte, aber auch natriumreiche Mineralwässer vom Speiseplan streichen. Statt mit Salz mit Kräutern würzen.

Warum ist es bei Bluthochdruck wichtig, möglichst auf Alkohol und Zigaretten zu verzichten?

Alkohol lässt den Blutdruck auch bei gesunden Menschen für eine begrenzte Zeit ansteigen. Bei Patienten mit Bluthochdruck kann Alkohol aber dazu führen, dass die Werte über längere Phasen hoch bleiben. Gegen ein Glas Wein oder eine Flasche Bier abends ist nichts einzuwenden, sehr viel mehr sollte es aber nicht sein. Auf Zigaretten, Zigarren und Co. am besten ganz verzichten, denn Rauchen verengt die Blutgefäße, schädigt die Gefäßwände und führt so zu Arteriosklerose. Wer an Bluthochdruck leidet und gleichzeitig raucht, erhöht sein Risiko für einen Herzinfarkt oder Schlaganfall dramatisch.

Wie weit ist die Impfung gegen Bluthochdruck?

Schon vor einigen Jahren wurde ein Impfstoff gegen Bluthochdruck in Fachkreisen vorgestellt. Allerdings wird er immer noch in klinischen Studien geprüft, unter anderem auch in Deutschland an der Medizinischen Hochschule Hannover. Die Impfung soll im günstigsten Fall die Einnahme von blutdrucksenkenden Tabletten ganz oder teilweise überflüssig machen. Es handelt sich also nicht um eine vorbeugende Impfung. Trotzdem wäre ein solcher Stoff eine Erleichterung, da viele Hypertoniker ihre Medikamente nicht regelmäßig nehmen und der Blutdruck deshalb oft nicht optimal eingestellt ist. Noch sind aber viele Fragen zur Impfung ungeklärt: Welches ist die optimale Dosierung? Wie lange hält die Wirkung einer Impfung an? Wie wirkt sie sich langfristig auf die Regulierung des Wasser- und Salzhaushaltes aus? Die Ergebnisse der derzeit laufenden Studien liegen frühestens Ende des Jahres vor. Und selbst wenn die Tests erfolgreich verlaufen, dauert es noch zwei bis drei Jahre, bis die Impfung generell eingesetzt werden kann, so die Einschätzung von Experten. Es gibt also noch keinen Grund, die Schachteln mit den Blutdruckpillen zu entsorgen.

Gibt es alternative Therapien, um den Blutdruck zu senken?

Akupunktur, Homöopathie und Ayurveda-Anwendungen können allenfalls unterstützend wirken. Um eine geänderte Lebensführung oder gar die Einnahme von Medikamenten kommt man allerdings bei hohen Werten auch dann nicht herum. Die gesetzlichen Kassen bezahlen die alternativen Therapien bei Bluthochdruck nicht.

Ist zu niedriger Blutdruck bedenklich?

Nein. Zwar haben Leute mit niedrigem Blutdruck öfter kalte Füße und kommen morgens nicht besonders gut aus dem Bett. Aber wenn keine größeren körperlichen Beeinträchtigungen bestehen, ist die sogenannte Hypotonie sogar ausgesprochen gesund und die beste Voraussetzung für ein langes Leben.

So messen Sie richtig

Die regelmäßige Kontrolle der Blutdruckwerte und das Führen eines entsprechenden Protokolls sind für Hypertoniker wichtig, damit schnell reagiert werden kann, wenn der Druck zu hoch ist. Es gibt zahlreiche Messgeräte für die Selbstkontrolle zu Hause, die einfach zu handhaben sind und die gemessenen Werte automatisch anzeigen. Allerdings empfiehlt es sich, auf das Prüfsiegel der Deutschen Hochdruckliga zu achten, das (auf Antrag des Herstellers) bei zuverlässiger Messgenauigkeit vergeben wird. Es gibt sowohl Oberarm- als auch Handgelenksmessgeräte, die das Siegel tragen. Geräte, die am Finger messen, werden nicht empfohlen, da kalte oder schlecht durchblutete Finger die Ergebnisse zu leicht beeinflussen können.

Foto: Sven Weber/Fotolia.com

Die wichtigsten Regeln für die Messung:

- Nehmen Sie immer denselben Arm für die Blutdruckmessung. Bei manchen Menschen liegen Unterschiede von mehr als 10 mm Hg an beiden Armen vor, in solchen Fällen wird der Arm mit dem höheren Wert für die Messungen genommen.
- Die Manschette muss zum Armumfang passen. Zu kleine Manschetten messen einen zu hohen Blutdruck. Standardmanschetten eignen sich für einen Handgelenksumfang bis zu 19,5 Zentimeter und einen Oberarmumfang bis 33 Zentimeter.
- Die Manschette muss auf Herzhöhe sein, auch wenn man am Handgelenk misst.
- Immer in Ruhe messen.
- Die Luft langsam ablassen.
- Von einem einzelnen Wert nicht aus der Ruhe bringen lassen. Nicht gleich nachmessen. Besser regelmäßig die Werte kontrollieren.

lesen Sie weiter auf Seite 58

JETZT WISSENSCHAFTLICH GETESTET

So schmilzt das Fett!

Ein aktiver Stoffwechsel ist das Geheimnis einer guten Figur. Diäten haben meist unerwünschte Nebenwirkungen: Der Körper wähnt sich in einer Hungersnot und verlangsamt den Stoffwechsel. Dabei gerät er immer mehr durcheinander. Beim »Bikini-Notfall-Plan« geschieht das Gegenteil. Als ideales Startprogramm kann man mit ihm schnell und gesund abnehmen. Er heizt die »Thermogenese« kräftig an.

Rudolf Keil,
Apotheker für Offizin-Pharmazie, Gesundheits- und Ernährungsberatung, Grevenbroich: Telefon 0 21 81/49 92 92

Die Ernährungsexperten der Universität Freiburg haben mehrere Ernährungsprogramme auf ihre Effektivität getestet. Die Diät mit dem »Bikini-Notfall-Plan« als Startprogramm schnitt dabei überwältigend besser ab: Die Teilnehmer, welche mit diesem Programm abgenommen haben, haben deutlich mehr und schneller Fett verloren als Teilnehmer mit anderen wissenschaftlich anerkannten Diäten. Ein Teilnehmer hat sogar in 6 Wochen 20 Pfund abgenommen. Innerhalb eines Jahres hat er sein Gewicht nicht nur gehalten, sondern weitere 14 Pfund verloren.

Übrigens haben neueste Erkenntnisse der Ernährungswissenschaft ergeben: Eine hohe Gewichtsabnahme in der ersten Diät-Phase ist die wichtigste Voraussetzung um möglichst lange schlank zu bleiben. Mit einem speziellen Diät-Drink wird das Ziel am schnellsten und sichersten erreicht. Sogar die Adipositas-Fachgesellschaften haben daraufhin ihre Empfehlungen geändert.

Eine wichtige Säule des Plans ist ein Pulver aus Soja, Milch (probiotischem Joghurt) und naturbelassenem, flüssigem Honig. Es ist ursprünglich entwickelt worden um den Stoffwechsel zu aktivieren und ist dann zur effektiven Gewichtsabnahme entdeckt worden. Honig-Enzyme, Eiweiß, Mikro-Pflanzenstoffe aus Soja und Joghurtkulturen sind die wichtigsten Inhaltsstoffe dieses Lebensmittels.

Die Freiburger Experten stellten fest, dass das Pulver die positiven Effekte einer Diät deutlich verbessert. Der Stoffwechsel und die Schlankheitshormone Insulin und Leptin entwickelten sich wesentlich schneller und besser als mit einer Diät ohne das Produkt. Deshalb ist es sogar für Diabetiker sehr gut geeignet. Auf Grund dieser, selbst die Fachwelt überraschenden Ergebnisse, hat sogar die amerikanische Fachzeitschrift für *Übergewicht International Journal of Obesity* darüber berichtet. Das Lebensmittel ist unter dem Namen Almased® in jeder Apotheke erhältlich.

Übrigens: Ich nehme Almased täglich als morgendlichen Fitness-Drink. Seitdem fühle ich mich deutlich wohler und vitaler. In vielen Telefonaten wird mir dieser Effekt immer wieder bestätigt.

Viel Erfolg wünscht Ihnen
Ihr Rudolf Keil

Frisch, fit und schlank in den Tag. Abnehmen macht gute Laune mit dem Stoffwechsel-Aktivierer Almased.

POWER-TIPPS

1 DIÄT OPTIMIEREN – DARMFLORA UNTERSTÜTZEN

Nur ein sehr gut funktionierender Darm garantiert eine optimale Gewichtsabnahme.
Ich empfehle daher, während jeder Diät die Verdauungsfunktion mit UK-Darmflora 10 Mega Kapseln zu unterstützen. Sie enthalten eine Mischung von Lactobazillen und Bifidobakterien mit dem löslichen Ballaststoff Inulin. Diese Kombination hat sich als besonders wirkungsvoll erwiesen.

2 DER ERSTE SCHRITT ZUM ERFOLG

In den ersten Tagen trinkt man **drei Drinks mit vier gehäuften Esslöffeln des Vital-Pulvers.**
Von der **Gemüsebrühe** kann man soviel genießen wie man möchte. Zwischendurch Tee und Wasser nach Belieben. Zusätzlich nimmt man morgens und abends jeweils eine Kapsel UK-Darmflora 10 Mega Kapseln (Apotheke, PZN: 0477506) vor der Mahlzeit.

3 ABNEHMEN IM SCHLAF

Eine wunderbare Anti-Aging-Methode! Während wir schlafen, werden die »Schäden«, die unser Körper über den Tag durch Bewegung, Arbeit, freie Radikale oder Stress genommen hat, repariert. In der Nacht wird am meisten Fett verbrannt,...aber nur dann, wenn man dem Körper spezielle Aufbau- und Vitalstoffe zur Verfügung stellt. **Deshalb: Ein Vitaldrink mit 50 Gramm Almased zwischen 18 und 19 Uhr sorgt für einen erholsamen Schlaf und man fühlt sich am nächsten Morgen wach und gut gelaunt. Diesen Sofort-Test kann jeder schnell und einfach durchführen: Schlafen Sie (sich) schön.**

Mein Bikini-Notfall-Plan auf einen Blick

...funktioniert zu jeder Jahreszeit

1. WOCHE

Morgens-Mittags-Abends

In der ersten Woche alle 3 Mahlzeiten mit jeweils 4 gehäuften Esslöffeln (50 g) des Vital-Pulvers (aus Soja, Milch und Honig, Apotheke) in Wasser ersetzen, dazu Gemüsebrühe soviel man möchte.

AB DER 2. WOCHE

Morgens

4 gehäufte Esslöffel (50 g) des Vital-Pulvers in fettarmer Milch und ggf. 1 Teelöffel ungezuckertes Kakaopulver

Mittags

Gemüse und Salat. Dazu mageres Fleisch oder Fisch

Abends

4 gehäufte Esslöffel (50 g) des Vital-Pulvers in fettarmer Milch und ggf. 1 Teelöffel ungezuckertes Kakaopulver

REZEPT-TIPP

Leckere Gemüsebrühe

Ca. 500 g möglichst vieler verschiedener frischer Gemüsesorten (z. B. Brokkoli, Lauch, Karotten, Tomaten, Zwiebeln, Bohnen, Kohlrabi, Spinat, Erbsen, Kohl, Paprika) sehr klein schneiden und anschwitzen. Mit 2 l Wasser im Schnellkochtopf garen. Danach die Feststoffe abfiltern und nur die Flüssigkeit zu sich nehmen.

WICHTIG!

Zusätzlich viel mineralstoffreiches Wasser trinken (etwa 2 l/Tag) – wenn man genügend trinkt, nimmt man schneller ab.

TIPP: DER PLANFIGUR 2-WOCHEN-PLAN

In Ihrer Apotheke können Sie sich jetzt kostenfrei die 14-Tage-Planfigur abholen.

Falls nicht vorrätig bestellt Ihr Apotheker diese für Sie gerne bei *Almased, Stichwort Planfigur, Postfach 12 20, 29550 Bienenbüttel,* oder im Internet unter:

www.planfigur-oe.de

Aktiviert den Stoffwechsel.
Steigert Fitness und Wohlbefinden.
Optimiert jede Diät.

Den genauen Almased-Diät-Plan finden Sie im Beipackzettel unter dem Dosendeckel.

Der Stoffwechsel-Aktivierer Almased ist in jeder Apotheke erhältlich.

Foto: image source

Tabletten gegen hohen Blutdruck

Abnehmen, Sport treiben und sich gesünder ernähren – das wird jeder Arzt bei hohem Blutdruck empfehlen. Sind die Werte aber zu hoch oder kommen andere Risikofaktoren hinzu, muss der gefährliche Druck auf jeden Fall erst einmal mit Medikamenten gesenkt werden.

Medikamente gegen Bluthochdruck behandeln nicht die Ursache der Krankheit, sondern nur das Symptom. Deshalb muss man die Medikamente im Regelfall lebenslang nehmen. Untersuchungen haben aber gezeigt, dass über die Hälfte der Patienten die Therapie bereits nach einem Jahr eigenmächtig abbricht. Die Gründe dafür liegen auf der Hand: Bluthochdruck tut nicht weh, die Mittel führen häufig zu Nebenwirkungen. Zudem liegen die Werte nach mehreren Monaten Tabletteneinnahme oft wieder im grünen Bereich. Den verlassen sie jedoch auch schnell wieder, wenn man die Medikamente eigenmächtig absetzt. Auch wenn man in Absprache mit dem Arzt die Mittel langsam weglässt, erhöht sich in den meisten Fällen in wenigen Monaten der Blutdruck wieder. Dauerhafteren Erfolg bringt nur eine Änderung der Lebensweise.

Ärzte können auf verschiedene Arzneimittelgruppen zurückgreifen, wenn sie hohen Blutdruck behandeln. Oft werden auch Kombinationspräparate verordnet. die zwei oder mehr Wirkstoffe enthalten. „Das

macht auch Sinn, vor allem, wenn die Therapie mit nur einem Wirkstoff nicht gut genug anschlägt“, meint der pharmakologische Berater des ÖKO-TEST-Magazins, Professor Dr. Manfred Schubert-Zsilavecz. „Die einzelnen Gruppen haben unterschiedliche Wirkweisen und ergänzen sich oft. Kombinationspräparate können dann niedriger dosiert gegeben werden und haben deshalb auch weniger Nebenwirkungen.“

Bei allen Mitteln können in den ersten Wochen Schwindel, Müdigkeit und Leistungsabfall auftreten. Das liegt daran, dass der Körper sich nach Jahren mit Bluthochdruck erst einmal an den niedrigeren Blutdruck gewöhnen muss. Sind diese Nebenwirkungen besonders stark oder halten sie länger an, sollte man mit dem Arzt sprechen. Am besten in den Alltag integrieren lassen sich Mittel, die man morgens einnimmt, wenn der Blutdruck am höchsten ist, und deren Wirkung den ganzen Tag anhält.

ACE-Hemmer

Wirkungsweise: ACE-Hemmer blockieren ein Enzym, das den Botenstoff Angiotensin aktiviert. Weil der Botenstoff dann wirkungslos bleibt, erweitern sich die Adern, die Nieren arbeiten besser und der Blutdruck sinkt.
Nebenwirkungen: ACE-Hemmer darf man nicht einnehmen, wenn die Blutgefäße der Niere verengt sind oder man gerade eine Hyposensibilisierung gegen eine Allergie macht. Auch für Schwangere und Stillende sind die Wirkstoffe nicht geeignet. Häufigste Nebenwirkung ist ein trockener Husten, der sich erst nach einigen Wochen einstellt. Vorkommen können auch Kopfschmerzen, Brechreiz, Durchfall oder ein roter, juckender Hautausschlag.
Wirkstoffe/Mittel: Ein Dutzend Wirkstoffe, deren Namen alle auf -pril enden, wie Captopril, Enalapril, Lisinopril. Sie unterscheiden sich vor allem in der Wirkungsdauer. Auf dem Markt sind rund 90 verschiedene ACE-Hemmer.

AT1-Rezeptor-Antagonisten

Wirkungsweise: Die AT-1-Rezeptor-Antagonisten, auch Sartane oder Angiotensin-II-Antagonisten genannt, blockieren wie die ACE-Hemmer den Botenstoff Angiotensin, allerdings auf andere Weise.
Nebenwirkungen: Der trockene Husten tritt seltener auf als bei ACE-Hemmern, ansonsten sind die Nebenwirkungen vergleichbar.
Wirkstoffe/Mittel: Wirkstoffe wie Losartan oder Eprosartan, die jeweils als einzelnes Medikament vermarktet werden.

Betablocker

Wirkungsweise: Die Mittel blockieren Rezeptoren, an die typische Stresshormone wie Adrenalin andocken, um den Körper in Alarmzustand zu bringen. Die Betablocker dämpfen also Stress, verlangsamen den Herzrhythmus, lassen das Herz weniger stark schlagen und verringern so den Blutdruck. Manche verengen zusätzlich die Bronchien.
Nebenwirkungen: Betablocker sind nichts für Asthmatiker und Menschen, deren Herz sowieso schon langsam schlägt. Auch dürfen sie nicht mit Calciumantagonisten und Digitalis kombiniert werden. Vorsicht geboten ist bei Durchblutungsstörungen in den Beinen sowie bei Diabetes. Denn mit Betablockern bemerkt man eine Unterzuckerung nicht so schnell. Zu den häufigsten Nebenwirkungen zählen Müdigkeit, Schwindel, Kopfschmerzen, Schlafstörungen und Hautreaktionen. Bei Männern können manchmal Erektionsstörungen auftreten.
Wirkstoffe/Mittel: Es gibt zehn verschiedene Betablocker wie Atenolol, Bisoprolol oder Metoprolol. Insgesamt sind rund 120 Präparate in verschiedenen Dosierungen auf dem Markt.

Calciumantagonisten

Wirkungsweise: Bei glatten Muskelzellen, wie sie die Adern umgeben, blockieren Calciumantagonisten, die auch Calciumkanalblocker genannt werden, den Transport von Calcium in die Zellen. Dadurch ziehen sich die Muskeln nicht zusammen, sondern erweitern sich. Erweiterte Blutgefäße lassen den Blutdruck sinken. Mittel vom Verapamil-Typ verlangsamen zudem noch den Herzschlag. Nifedipin und verwandte Wirkstoffe lassen das Herz etwas schneller schlagen.
Nebenwirkungen: Mittel vom Verapamil-Typ darf man nicht mit Betablockern kombinieren. Häufige Nebenwirkungen sind Kopfschmerzen und Gesichtsrötungen. Gelegentlich kommt es zu Herzrhythmusstörungen.
Wirkstoffe/Mittel: Die zahlreichen Wirkstoffe werden dem Nifedipin-Typ oder dem Verapamil-Typ zugeordnet. Es gibt rund 80 Präparate in verschiedenen Dosierungen.

Diuretika

Wirkungsweise: Die „Wassertabletten“ bringen die Nieren dazu, mit dem Harn mehr Salz und Flüssigkeit auszuscheiden. Das entlastet die Gefäße und senkt den Blutdruck. Weil mit dem Urin auch andere Mineralstoffe ausgeschwemmt werden, muss der Arzt die Natrium- und Kaliumwerte im Blut überwachen.
Risiken und Nebenwirkungen: Schwemmen die Mittel zu viel Kalium aus, kann das zu Muskelschwächen und Herzrhythmusstörungen führen. Trockener Mund, Muskelschmerzen oder Schwindel weisen auf einen zu großen Verlust an Salz und Flüssigkeit hin. Häufige Nebenwirkungen sind Magen-Darm-Beschwerden, Verstopfung sowie ein Ansteigen von Blutzucker- und Fettwerten im Blut. Alle Diuretika machen die Haut empfindlicher für UV-Strahlen.
Wirkstoffe/Mittel: Es gibt die Thiazide wie Hydrochlorothiazid, Indapamid und Clopamid sowie die Schleifendiuretika Furosemid, Piretanid und Torasemid.

Reninhemmer

Wirkungsweise: Seit Herbst 2007 steht mit dem Wirkstoff Aliskiren ein neues Wirkprinzip zur Verfügung: Der Stoff blockiert eine zentrale Bindungsstelle im Reninmolekül und verhindert damit die Umwandlung von Angiotensinogen in Angiotensin I.
Nebenwirkungen: Der trockene Husten tritt deutlich seltener auf als bei den ACE-Hemmern. Eine recht häufige Nebenwirkung ist Durchfall, gelegentlich Hautausschläge.
Wirkstoffe/Mittel: Aliskiren ist derzeit der einzige Wirkstoff in dieser Gruppe, es gibt auch nur ein Medikament *(Rasilez)* in zwei verschiedenen Dosierungen.

Kompakt

Traubenkrautallergie

Auf das aus den USA eingeschleppte hochallergene Traubenkraut (auch Ragweed oder beifußblättrige Ambrosie genannt) reagiert inzwischen jeder dritte Heuschnupfenpatient. Die typischen Symptome treten vor allem zur Blütezeit der Pflanze Ende August/Anfang September auf. Kreuzreaktionen mit Bananen und Melonen sind möglich. Ein Allergologe kann nach der Diagnose eine spezifische Immuntherapie mit standardisierten Extrakten einleiten.

Warnung vor Nahrungsergänzung

Die Einnahme des Nahrungsergänzungsmittels *Hydroxycut* kann schwere Leberschäden verursachen. Darauf weist das Bundesamt für Verbraucherschutz und Lebensmittelsicherheit hin. Typische Symptome sind Appetitverlust, Übelkeit, Erbrechen, Bauchschmerzen, dunkler Urin oder Gelbsucht. Die Schlankheitspillen werden über das Internet angeboten.

Hotline für schnelleren Arzttermin

Der Facharzt vertröstet einen am Telefon, dass erst in ein paar Wochen oder Monaten ein Termin frei ist. Und irgendwie hat man den Eindruck, dass es bloß daran liegt, dass man kein Privatpatient ist ... Für solche Fälle hat die AOK Niedersachsen eine eigene Telefon-Hotline eingerichtet. Die Mitarbeiter versuchen dann, Kontakt mit der Praxis aufzunehmen und zu vermitteln. Ein Pilotprojekt habe gezeigt, dass die Patienten in 80 Prozent der Fälle einen früheren Termin bekommen hätten.

Kleingedrucktes wird größer

Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage. Doch bislang war diese manchmal extrem klein gedruckt. Das ändert sich jetzt. Eine neue EU-Richtlinie empfiehlt, mindestens eine Neun-Punkt-Schrift zu verwenden. Der Zeilenabstand soll mindestens drei Millimeter betragen. Auch die Sprache soll verständlicher werden.

Diabetes | Chronikerprogramm auch für Kinder

Kindern mit Diabetes steht wie auch erwachsenen Patienten die Teilnahme an den Chronikerprogrammen (Disease Management Programm, DMP) der Krankenkassen offen. Die Programme zielen darauf ab, die Lebensqualität zu verbessern, akute Stoffwechselentgleisungen und diabetesbedingte Folgeerkrankungen zu vermeiden. In Schulungen lernen die jungen Patienten unter anderem, den Kohlenhydratanteil im Essen zu berechnen, den Blutzucker zu messen und das Insulin richtig zu handhaben. Diagnostiziert der Haus- oder Kinderarzt einen Diabetes, empfiehlt er eine Klinik mit diabetischer Kinderstation. In ein DMP eingeschriebene Patienten werden nach anerkannten medizinischen Leitlinien behandelt. Nähere Informationen zu teilnehmenden Ärzten, Spezialisten und Einrichtungen gibt die jeweilige Krankenkasse. Die Kassen können für die Teilnahme einen finanziellen Bonus gewähren.

Foto: Anetta/Fotolia.com

Krankenversicherung | Basistarif rechtens

Foto: irisblende.de

Die Einführung des Basistarifs in der privaten Krankenversicherung (PKV) durch die Gesundheitsreform 2007 ist verfassungsgemäß, ebenso die vorgesehene teilweise Übertragbarkeit von Alterungsrückstellungen. Das hat das Bundesverfassungsgericht entschieden und dagegen gerichtete Verfassungsbeschwerden zurückgewiesen.
In den Basistarif kann wechseln, wer bislang ohne Krankenversicherungsschutz war und der PKV zuzuordnen ist sowie wer sich privat krankenversichern will und kann. Bei Angestellten setzt das ein Einkommen voraus, das drei Jahre lang oberhalb der Pflichtversicherungsgrenze von derzeit 4.050 Euro im Monat liegt. Der Versicherer darf Anträge weder ablehnen noch Risikozuschläge verlangen oder Leistungsausschlüsse festlegen. Einen Vergleich von Basistarifen finden Sie im ÖKO-TEST Ratgeber Gesundheit & Fitness 5:2009.

Neurodermitis | Cremes richtig anwenden

Kortisoncremes zählen zu den wichtigsten antientzündlichen Arzneimitteln zur Behandlung akuter Schübe einer Neurodermitis. Die Angst vor den Nebenwirkungen ist bei richtiger Anwendung unbegründet. Dazu zählt, die betroffene Haut nur einmal täglich – zweimal nur in Ausnahmefällen und nach Rücksprache mit dem Arzt – zu behandeln, zudem nur in Intervallen und nicht dauerhaft. Klingt die akute Phase ab, kann aus der Kortisonbehandlung ausgeschlichen werden. Wichtig ist dann, mit der Basistherapie fortzufahren. Dabei gilt: feucht auf feucht und fett auf trocken, also eine fette Salbe auf trockener Haut und eine eher wässrige Creme (Öl-in-Wasser-Emulsion) auf weniger trockener Haut anzuwenden.

Foto: obs/3M Deutschland GmbH

Interview

Mutter-Kind-Kuren unter Druck

Anne Schilling ist Bundesgeschäftsführerin des Müttergenesungswerkes.

ÖKO-TEST: Nachdem in den vergangenen Jahren die Zahl der Mutter-Kind-Kuren im zweistelligen Prozentbereich gestiegen war, ist sie im ersten Quartal 2009 um rund zehn Prozent gesunken. Warum?
Schilling: Es gibt eine starke Tendenz der Kassen, Kliniken mit Dumpingpreisen unter Druck zu setzen und Frauen dann in diese Häuser umzulenken. Das gesetzlich verankerte Wunsch- und Wahlrecht der Patientinnen wird dabei ignoriert.

ÖKO-TEST: Laut Bundesgesundheitsministerium sind die Ausgaben der gesetzlichen Krankenversicherungen für Kuren aber im ersten Quartal 2009 gestiegen.
Schilling: Es ist nicht so, dass die Zahl der Anträge rückläufig wäre. Frauen verzichten also nicht aus Sorge um ihren Arbeitsplatz auf einen Kurantrag. Wenn in den Häusern des Müttergenesungswerkes die Belegung sinkt, muss sie anderweitig zunehmen. Die Vergütung im Mutter-Kind-Bereich stagniert seit Jahren bei einem Tagessatz von 63 bis 74 Euro. Damit können die Einrichtungen kaum noch wirtschaftlich arbeiten. Darunter ist die gesetzlich geforderte Qualität nicht zu leisten. Wenn die Kassen nur auf den Preis schauen, ignorieren sie ihre eigenen Qualitätsansprüche.

ÖKO-TEST: Was raten Sie Frauen, wenn ein Kurantrag abgelehnt wurde?
Schilling: Es lohnt sich auf jeden Fall, Widerspruch einzulegen. Das machen zwei Drittel aller Frauen. 50 Prozent dieser Anträge werden dann doch noch bewilligt. Ein schwarzes Schaf unter den Kassen ist die Kaufmännische Krankenkasse (KKH), die ihre Ausgaben in diesem Bereich in den letzten Jahren auf ein Minimum beschränkt hat. Bei den regional organisierten Kassen wie den AOKs hängt es oft von der jeweiligen Geschäftsstelle ab, ob ein Antrag genehmigt wird. Da gibt es gute und weniger gute Erfahrungen. Wir empfehlen allen Frauen, bei der Beantragung die Unterstützung unserer Beratungsstellen bei den Wohlfahrtsverbänden in Anspruch zu nehmen.

Foto: irisblende.de

Senioren | Besser gemeinsam essen

Menschen in Seniorenzentren sollten lieber in Gesellschaft essen – und nicht alleine auf dem Zimmer. Denn durch das gemeinsame Essen nehmen sie mehr Nahrung zu sich und beugen so der unter Senioren weitverbreiteten Mangelernährung vor. Dies haben Wissenschaftler der Universität Montreal herausgefunden. Sie hatten alte Menschen beim Essen beobachtet und anschließend untersucht, wie viel Essen noch auf dem Teller zurückgeblieben war. Das Ergebnis: Die Nahrungsaufnahme war umso besser, je geselliger es bei Tisch zuging. Mangelernährung wurde dagegen vor allem bei Patienten festgestellt, die beim Essen alleine waren.

Anzeige

Helene

Immer gut bezogen.

Die Wickelauflagenüberzüge aus Frottee von Sterntaler passen mit ihren fröhlichen Motiven in jedes Kinderzimmer.

Die Überzüge sind passend für alle Wickelauflagen im Maß 90 x 80 cm und 55 x 80 cm. Waschbar in der Maschine bei 60°.

Sterntaler®

www.sterntaler.com

TEST Wickelkommoden

Sicherheitsrisiko

In unserem Test gasten die meisten Wickelkommoden Schadstoffe aus und auch im Praxistest zeigten sich Schwächen, vor allem in puncto Sicherheit. Zwei Kommoden sind immerhin „gut“.

Stürze von Babys, unter anderem von Wickeltischen, sind die häufigste Unfallursache bei Babys. Dr. Hermann Josef Kahl, Kinderarzt in Düsseldorf und Sprecher der nordrheinischen Kinder- und Jugendärzte, ermahnte jüngst im Rahmen des nationalen Kindersicherheitstages die Eltern, ihr Kind niemals auch nur eine Sekunde aus den Augen zu lassen, solange es auf der Wickelkommode liegt.

Nach Erfahrung des ÖKO-TEST-Beraters und Kinderarztes Dr. Falko Panzer sind besonders Säuglinge im Alter von drei Wochen bis vier Monaten gefährdet. Da sie sich noch nicht aktiv bewegen können, wiegen sich die Eltern in Sicherheit, wenn sie den Wickelplatz kurz verlassen, weil das Telefon klingelt oder das Geschwisterchen brüllt. Die Winzlinge können die Beinchen anziehen, sich reflexartig von der Kante abstoßen und sich so von der Wickelauflage schieben. Solche Stürze gehen zum Glück oft glimpflich aus, doch sie können auch zu schweren und lebensbedrohlichen Schädelverletzungen führen.

Klaus Afflerbach, beim Deutschen Grünen Kreuz für Kindersicherheit zuständig, sieht die Hauptgefahr eher bei älteren Babys, die sich schon aus eigener Kraft drehen können. Sie würden sich so fix und unerwartet drehen, dass Mutter oder Vater vollkommen überrumpelt werden und nicht mehr reagieren können. Deshalb rät er dringend, immer eine Hand am Kind zu lassen. Bei sehr lebhaften Kindern empfiehlt er sogar, das Kind auf dem Boden zu wickeln.

Foto: stockdisc

Dass das Thema so vernachlässigt wird, versteht der Kinder-Osteopath Jürgen Lambrecht aus Hamburg nicht: „Alles wird bei uns unter dem Aspekt Sicherheit betrachtet, aber Wickeleinrichtungen sind kein Thema.“ Aufgrund von Erfahrungen in seiner Praxis entwickelte er zusammen mit seiner Frau Julia einen Sicherheitsmechanismus für die Wickeleinrichtung. Mit einem beherzten Ruck kann man die Holzaufkantungen an zwei Griffen nach oben ziehen und arretieren, sodass der Säugling in einer Art Kiste sicher liegt. Noch ist er auf der Suche nach einem Hersteller, der sein Patent erschwinglich herstellen kann.

ÖKO-TEST kaufte zehn Wickelkommoden von bekannten Möbelherstellern, die zum Teil auf Kindermöbel spezialisiert sind. Einige Modelle bestehen in der Hauptsache aus Vollholz, andere aus beschichteten Spanplatten. Wir wollten wissen, inwieweit die Möbel Schadstoffe ausgasen, und wie tauglich sie vor allem in puncto Sicherheit sind.

Das Testergebnis

■ ... kann nicht überzeugen. Nur zwei Wickelkommoden, die Modelle von Ikea und Paidi, schneiden mit „gut“ ab und sind nicht mit Schadstoffen belastet. Die Hälfte der Möbel können wir aufgrund der schlechten Noten nicht empfehlen. Leider sind

die beiden Schlusslichter Massivholzkommoden. Das Modell von Life Time fiel durch besonders gravierende Sicherheitsmängel auf.

Vor allem Vollholzmodelle mit Sperrholzrückwänden gasten hohe Mengen an Formaldehyd aus

■ Auffallend ist, dass die meisten Wickelkommoden ganz beachtlich krebserregendes Formaldehyd ausgasen, aus immerhin bis zu 14 Quadratmetern Oberfläche. Nach gründlichem Lüften dürfte die Belastung zwar deutlich zurückgehen. Dennoch: Gerade im Kinderzimmer sollte keine dicke Luft herrschen. Besonders hohe Konzentrationen entweichen aus dem Sperrholz der *Taube Wickelkommode Oliver* und der *Pinolino Wickelkommode David*, das für Rückwand und Schubladenböden eingesetzt wird.

■ In drei Fällen werten wir flüchtige organische Verbindungen (VOC) ab, die ebenfalls die Raumluft belasten. Kritisch sehen wir dabei wegen ihres allergenen Potenzials Delta-3-Caren sowie Hexanal, eine übel riechende Verbindung. Delta-3-Caren gehört zu den Terpenen und kommt möglicherweise aus dem Kiefernholz.

■ Unverständlicherweise wurden im *Wickelaufsatz Jonathan* von Wellemöbel gesetzlich reglementierte Phthalate gefunden.

Obwohl mit „TÜV geprüft“ beworben , kippte die Kommode eines dänischen Herstellers um

■ Im Praxistest stellte sich die Wickelkommode des Herstellers Life Time als Sicherheitsrisiko heraus. Dabei wirbt der Onlinehändler Allnatura, bei dem wir das Produkt unter dem Namen *Prima* gekauft haben, damit, dass es vom TÜV geprüft sei, weil ihm die Sicherheit der Kleinen am Herzen liege. Im Testinstitut sah das aber anders aus: Schon bei geringer Belastung kippte die ganze Kommode nach hinten und der Wickelaufsatz knickte ab. Mit einer Wandbefestigung, wie sie andere Hersteller vorschreiben, könnte das Möbelstück stabilisiert werden. Bei drei weiteren Wickelkommoden waren die Schutzkanten rund um die Wickeleinrichtung teilweise nicht oder nicht hinreichend gerundet, sodass auch sie die entsprechende Sicherheitsnorm nicht erfüllten.

■ Darüber hinaus wurde die Gesamtkonstruktion und die Verarbeitung der Kommoden ausführlich in Augenschein genommen. Voll zufrieden waren unsere professionellen Tester mit keinem Modell, doch vier Produkte wurden noch mit „gut“ bewertet. Am wenigsten konnte hier die *Roba Wickelkommode Dreamworld 2* überzeugen. Zusätzlich baten wir drei Elternpaare, die Kommoden zu begutachten. Ihre Urteile fielen teilweise völlig anders aus, als die Stellungnahmen der Profis. Das spricht dafür, die Kommoden vor dem Kauf in einer Möbelausstellung auszuprobieren. Denn die Vorlieben sind offenbar sehr verschieden.

Die Eltern im Praxistest hatten teilweise andere Favoriten als unsere professionellen Tester

So reagierten die Hersteller

Wellemöbel konnte sich die Phthalate, die in der Aufkantung des Wickelaufsatzes nachgewiesen wurden, nicht erklären und ließ deshalb die einzelnen Bestandteile der Barriere getrennt im Labor untersuchen: Alles bestens. Die Ursachen für die Belastung des Testprodukts konnten nicht geklärt werden, möglicherweise handelt es sich um eine Verunreinigung. Mehrere Hersteller nahmen die Kritik an der Aufbauanleitung ernst und haben diese verbessert.

Anna Mai

Unsere Empfehlungen

✔ Neue Möbel können besonders hohe Mengen Schadstoffe ausgasen. Deshalb die Wickelkommode möglichst lange vor der Geburt kaufen und erst mal ordentlich auslüften lassen.

✔ Bei der Wahl der weichen Wickelauflage auf die Höhe der Barrieren der Wickelkommode achten. Bei zu hohen Auflagen bieten die Aufkantungen keinen Schutz mehr. Der Hersteller der Kommoden sollte dazu Angaben machen.

✔ Die Wickelkommoden sind in der Regel für bis zu 15 Kilogramm schwere Babys ausgelegt.

Anzeige

Spitzenreiter: Ikea Hemnes Wickeltisch / Kommode

Aufbauzeit: 40 Minuten
Die preiswerteste Kommode ist objektiv der Testsieger, subjektiv der Verlierer. Sie ist gesundheitlich unbedenklich und auch unsere Tester hatten bis auf die Deklaration wenig auszusetzen. Da sie keine Schubladen hat, ist die Montage einfach, obwohl keine Teile vormontiert sind. Die Kommode muss jedoch, wie vorgeschrieben, an der Wand befestigt werden, damit sie nicht kippt. Doch den Eltern im Paneltest gefiel die Kommode gar nicht, sie sahen sie im Gesamteindruck als Schlusslicht, obwohl sie die einzelnen Funktionen im täglichen Gebrauch gut bis durchschnittlich beurteilt hatten. Die Arbeitshöhe ist aber relativ niedrig – vielleicht störte das den Gesamteindruck.

Gesamturteil „gut“

Schraube locker: Herlag Wickelkommode Björn

Aufbauzeit: 35 Minuten
Eine kaputte Schraube, die sich nicht eindrehen ließ, plagte unsere Tester, bis sie zu einer Spax-Schraube griffen und das Problem auf diese Weise lösten. Ansonsten funktionierte die Montage gut und es gab für die Fachleute wenig auszusetzen. Bei den Eltern hinterließ die Kommode einen guten Gesamteindruck; Schubladen wurden aber vermisst.

Gesamturteil „befriedigend“

Der Elternfavorit: Paidi Kommode mit Wickelaufsatz Leo

Aufbauzeit: 30 Minuten
Das Modell ist einer der beiden Elternfavoriten. Die großen und dennoch leichtgängigen Schubladen gefielen, ebenso die Arbeitshöhe. Da Schubladen und Führungsschienen vormontiert sind, ist der Aufbau fast ein Kinderspiel. Der Wickelaufsatz gleitet auf der oberen Platte entlang und kann so beliebig positioniert werden. An den Inhaltsstoffen gibt es wie bei der Ikea-Kommode nichts auszusetzen.

Gesamturteil „gut“

Möchtegernprinzessin: Wimex Wickelkommode Cinderella

Aufbauzeit: 50 Minuten
Da wurde bei der Ausführung doch an etlichen Punkten gespart und geschlampt. Mit den nicht hinreichend gerundeten Schutzrändern entspricht die Kommode nicht der Norm für Wickelkommoden. Die Schubladen biegen sich durch, obwohl sie nicht sehr groß sind. Die Kommode muss wie vorgeschrieben an der Wand befestigt werden, sonst kippt sie leicht um. Der Hersteller hat sich deshalb auch die hintere Barriere gespart.

Gesamturteil „befriedigend“

Materialmix: Geuther Wickelkommode Sunset

Aufbauzeit: 60 Minuten
Korpus und Schubladen bestehen bei *Sunset* aus verschiedenen Holzwerkstoffen, der Wickelaufsatz aus Massivholz. Die Tester kritisierten die aufwendige Montage der Schubführung und waren mit einigen Konstruktionsdetails nicht ganz zufrieden, wie die schwache Anbindung der Rückwand und die Tatsache, dass Verbindungselemente nicht sauber eingepasst sind. Bei den Eltern kamen die Kommode und die Schubladen mit Softeinzug relativ gut an.

Gesamturteil „befriedigend“

Schwach auf der Brust: Roba Wickelkommode Dreamworld 2

Aufbauzeit: 60 Minuten
Für unsere Tester war die Kommode kein Traum. Sie ist am schwächsten konstruiert, die Rückwand lässt sich durchdrücken und die Schublade ist schwach und wackelig. Aus den Materialien gasen neben Formaldehyd flüchtige organische Verbindungen aus, und zwar auch solche, die übel riechen. Auch hier ist eine Wandbefestigung vorgeschrieben und erforderlich; deshalb fehlt die hintere Barriere. Die Nutzer sahen die Kommode ebenfalls nur im unteren Mittelfeld.

Gesamturteil „ausreichend“

Gigantissimo: Wellemöbel Jumbo-kommode und Wickelaufsatz Jonathan

Aufbauzeit: 70 Minuten
Auch hier stöhnten unsere Tester wegen der verwirrenden Reihenfolge und der schweren Korpusteile beim Zusammenbau. Moniert haben sie auch, dass der Wickelaufsatz vorne nicht befestigt ist und deshalb einige Zentimeter hin- und hergeschoben werden kann. Eine Wandmontage ist vorgesehen, die hintere Barriere fehlt. Die Nutzer zeigten sich weitgehend zufrieden mit dem Modell. Nicht zufrieden ist ÖKO-TEST: Im Bereich der Aufkantungen wurde leider ein fortpflanzungsgefährdender Weichmacher nachgewiesen, der in Spielzeugen und Babyartikeln verboten ist.

Gesamturteil „ausreichend“

Mamas Liebling: Taube Wickelkommode Oliver

Aufbauzeit: 90 Minuten
Im Elternurteil liegt das teuerste Modell ganz vorne, und das nicht nur im Gesamteindruck: Sie vereinigt auch die besten Einzelnoten der Nutzer auf sich. Die Kommode war jedoch schon von unseren Profis aufgebaut, sonst hätte vielleicht so mancher Vater kapituliert, denn das dauerte wegen der Schubführungen und der aufwendigen Rückwandverschraubung doch ganz schön lange. Dafür steht Oliver bombenfest. Doch sowohl im Schadstoffbereich wie im Praxistest müssen wir gravierende Mängel vermelden. Die Schutzränder des Wickelaufsatzes sind nicht hinreichend gerundet, die Einlegeböden fallen beim geringsten Schieben heraus und das Material für Rückwand sowie Schubladenböden der ansonsten aus Buchenholz gebauten Kommode gibt eindeutig zu viel Formaldehyd ab.

Gesamturteil „ausreichend“

Gefährlicher Flop: Wickelkommode Art. Nr. 7261

Aufbauzeit: 40 Minuten
Vorsicht – die Kommode kippt schon bei leichter Belastung um! Es sei denn, Sie befestigen sie an der Wand, was der Hersteller aber nicht erwähnt. Wenn das Baby nach hinten kullert, ist zudem die Gefahr groß, dass der Wickelaufsatz nach unten abknickt. Auch in Bezug auf die Schadstoffbelastung ist die Kommode aus Massivholz leider kein Vorzeigemodell. Die Eltern waren ebenfalls nicht allzusehr angetan und fanden die Ablagefläche der kleinsten Kommode im Test zu klein.

Gesamturteil „ungenügend“

Schadstoff-Goliath: Pinolino Wickelkommode David

Aufbauzeit: 50 Minuten
Die Rückwand gibt von allen Modellen am meisten Formaldehyd ab; aus ihr und aus dem lasierten Fichtenholz entweichen auch andere flüchtige organische Verbindungen. Einen Sicherheitsmangel sehen unsere Tester in den Ecken, wo die beiden unterschiedlich hohen Barrieren aneinanderstoßen, sodass scharfe Kanten überstehen. Die Wickelkommode David trägt jedoch ein GS-Zeichen „Geprüfte Sicherheit“: Vielleicht waren die Prüfer an diesem Punkt toleranter oder das ihnen vorliegende Modell war an dieser Stelle besser ausgeführt. Darüber hinaus monierten unsere Tester die wackelnden Schubladen und die geteilten seitlichen Barrieren, die zudem sehr niedrig sind.

Gesamturteil „mangelhaft“

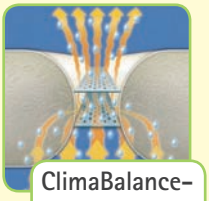
Anzeige

prima klima BabyNest®

- Mit verbreiterten Schultern für noch mehr Kuschel-Wärme!
- Mit Reißverschluss-Schutz unter dem Arm! (Deutsches Gebrauchsmuster)
- Mit Rundum-Reißverschluss für superbequemes Wickeln!
- Aus kuschelweichem Jersey!
- Durch 2 Druckknöpfe längenverstellbar!

ClimaBalance-Klima-Zonen

- Reguliert automatisch Temperatur und Feuchtigkeit und hält dadurch die Körpertemperatur des Babys im Optimalbereich!
- Keine zusätzliche Zudecke erforderlich – somit keine Erstickungsgefahr!



ClimaBalance-Funktions-Prinzip

- Verhindert gefährlichen Hitzestau!
- Rückenlage wird erleichtert!
- Sorgt für sicheren, gesunden und erholsamen Babyschlaf!

Odenwälder BabyNest®
D-74838 Limbach
www.odenwaelder.de

odenwälder BabyNest®
Hier fühl' ich mich geborgen.

TEST Wickelkommoden	Ikea Hemnes Wickeltisch / Kommode	Paidi Kommode mit Wickelaufsatz Leo	Geuther Wickelkommode Sunset	Herlag Wickelkommode Björn	Wimex Wickelkommode Cinderella	Roba Wickelkommode Dreamworld 2
Anbieter	Ikea	Paidi Möbel	Geuther	Herlag	Wimex	Roba
Preis pro Kommode mit Wickelaufsatz in Euro	129,00	439,95	469,00	474,05	139,00	199,00
Material	Spanplatte mit Melaminbeschichtung, Wickelaufsatz lackiert	Spanplatte mit Melaminbeschichtung	Spanplatte mit Melaminbeschichtung, Schubladen MDF, Wickelaufsatz Massivholz lackiert	Massivholz (Ahorn) lackiert, Seitenteile Spanplatte furniert	Spanplatte mit Melaminbeschichtung	Spanplatte mit Melaminbeschichtung, Wickelaufsatz lackiert
Farbe	Weiß	Kirsche-Dekor, Schubladen: Ecru	Birke-Dekor, Schubladen: Gelb/Orange	Natur	Dekor 304 Alpinweiß/Rosé	Weiß
Breite x Tiefe (mit Griffen) x Höhe der Kommode ohne Wickelaufsatz in Zentimetern	84 x 53 x 87	110 x 58,5 x 95	110 x 60 x 91	110 x 55 x 90	90,5 x 42 x 99,5	104 x 44 x 90
Breite x Tiefe des Wickelaufsatzes/Höhe der Barriere in Zentimetern	74 x 78 / 8,5 bis 9	84,5 x 76,5 / 7 bis 7,5	85 x 70,5 / 6	84,5 x 81,5 / 10 bis 10,5	80 x 71 / 8 (nur seitlich)	85,5 x 75 / 8 (nur seitlich)
Deklarierte Gütezeichen	nein	Blauer Engel, Goldenes M	GS/LGA	nein	nein	GS/TÜV
Formaldehydabgabe	gering	gering	**erhöht**	**erhöht**	**erhöht**	**erhöht**
Flüchtige organische Verbindungen (VOC)/ darunter problematische Verbindungen	nein	nein	gering	gering	gering	**ja / Hexanal**
Gesetzlich reglementierte Phthalate[1)]	nein	nein	nein	nein	nein	nein
Testergebnis Inhaltsstoffe (50 %)	sehr gut	sehr gut	befriedigend	befriedigend	befriedigend	mangelhaft
Aufbauanleitung	sehr gut	gut	gut	gut	befriedigend	befriedigend
Erstmontage	relativ einfach	relativ einfach	etwas schwierig	schwierig[2)]	etwas schwierig	etwas schwierig
Teilergebnis Information und Aufbau	**befriedigend**	**befriedigend**	**befriedigend**	**ausreichend**	**mangelhaft**	**ausreichend**
Sicherheitsmängel	nein	nein	nein	nein	Schutzränder nicht hinreichend gerundet	nein
Teilergebnis Sicherheit	sehr gut	sehr gut	sehr gut	sehr gut	**befriedigend**	sehr gut
Verarbeitung	gut	befriedigend	befriedigend	gut	befriedigend	befriedigend
Gesamtkonstruktion	gut	befriedigend	gut	gut	befriedigend	ausreichend
Kritikpunkte	dürftige Rückwandanbindung	schwache Befestigung Wickelaufsatz, scharfe Kanten	dürftige Rückwandanbindung, überstehende Verbindungselemente	keine	schwache Schubladen, Griffe verdrehbar	schwache Schubladen und Rückwand, überstehende Verbindungselemente
Teilergebnis Konstruktion	**gut**	**befriedigend**	**befriedigend**	**gut**	**befriedigend**	**ausreichend**
Testergebnis Praxisprüfung (50 %)	gut	gut	gut	gut	befriedigend	befriedigend
Transportschäden	ja	ja	nein	ja	nein	nein
Wichtige Herstellerangaben fehlen	**Höchstgewicht; Hinweise zur Auflage**	**Höchstgewicht; Hinweise zur Auflage**	nein	nein	**Herstellerangabe auf Kommode; Hinweise zur Auflage; Modell nicht ermittelbar**	nein
Testergebnis Weitere Mängel	befriedigend	befriedigend	sehr gut	sehr gut	befriedigend	sehr gut
Anmerkungen	3) 9)	7) 9)			3) 13)	3) 8)
Gesamturteil	**gut**	**gut**	**befriedigend**	**befriedigend**	**befriedigend**	**ausreichend**

Fett gedruckt sind Mängel beziehungsweise – bei der Praxisprüfung – Teilergebnisse mit Mängeln.
Glossar: Erläuterungen zu den untersuchten Parametern finden Sie auf Seite 140.
Anmerkungen: 1) Gesetzlich reglementiert in Babyartikeln und Kinderspielzeug. 2) Schraube für Wickelaufsatz defekt; ansonsten ist der Aufbau relativ einfach. 3) Ohne die vom Hersteller vorgeschriebene Wandmontage kippt die Kommode. 4) Laut Hersteller wurde ein Modell getestet, das im August 2008 produziert wurde. Von ÖKO-TEST wurde es im März 2009 eingekauft. Die Wickelkommode sei in der Zwischenzeit komplett überarbeitet, die Befestigung des Wickelaufsatzes optimiert und die Begrenzung der Wickelfläche erhöht worden. Außerdem sei die Aufbau-

Taube Wickelkommode Oliver	Wellemöbel Jumbokommode und Wickelaufsatz Jonathan	Pinolino Wickelkommode David	Wickelkommode Art.-Nr. 7261
Taube	Wellemöbel	Pinolino	Life Time
620,00	377,00	399,88	419,00
Massivholz (Buche) geölt	Spanplatte mit Melaminbeschichtung	Massivholz (Fichte) lasiert	Massivholz (Kiefer) lasiert
Natur	Walnuss, Schubladen: Weiß	Cremeweiß lasiert	Weiß lasiert
115 x 47,5 x 92	121 x 60 x 92	92 x 46,5 x 98	78,5 x 49,5 x 90
112,5 x 68 / 6,5 bis 7	84,5 x 77,5 / 7,5 (nur seitlich)	84 x 71,5 / 5 bis 8	75 x 66 / 6 bis 9
nein	GS/LGA, Goldenes M	GS/TÜV	nein
stark erhöht	**erhöht**	**stark erhöht**	**erhöht**
gering	gering	**ja** / nein	**ja / Delta-3-Caren**
nein	**ja**	nein	nein
mangelhaft	mangelhaft	ungenügend	mangelhaft
befriedigend	ausreichend	gut	befriedigend
schwierig	schwierig	durchschnittlich	relativ einfach
mangelhaft	**ungenügend**	**ausreichend**	**ausreichend**
Schutzränder nicht hinreichend gerundet	nein	Schutzränder teilweise nicht gerundet	kippt nach hinten; Wickelanbau nach Prüfung stark beschädigt
befriedigend	sehr gut	**befriedigend**	**ungenügend**
gut	gut	befriedigend	befriedigend
gut	gut	befriedigend	gut
offene Einlegeböden ohne Fixierung	schwache Befestigung Wickelaufsatz	schwache Schubladen, seitliche Barriere zweiteilig, dürftige Rückwandanbindung	schwache Befestigung Wickelaufsatz, Hirnholz ungeschliffen
gut	**gut**	**befriedigend**	**befriedigend**
befriedigend	gut	befriedigend	ungenügend
ja	ja	nein	ja
Höchstgewicht; Hinweise zur Auflage	**Höchstgewicht; Hinweise zur Auflage; Modell schwer ermittelbar**	**Höchstgewicht**	**Höchstgewicht; Hinweise zur Auflage**
befriedigend	befriedigend	befriedigend	befriedigend
11)	6) 9) 10) 12)	3) 4) 5)	
ausreichend	**ausreichend**	**mangelhaft**	**ungenügend**

anleitung überarbeitet und mit Hinweisen ergänzt worden. Laut Hersteller werden die Schubladen ab Herbst 2009 mit neuen Auszugsschienen ausgestattet und verbessert. 5) Die seitliche Begrenzung des Wickelaufsatzes ist nicht abnehmbar. 6) Laut Hersteller läuft das Programm *Jonathan* zum 30.6.2009 aus. Außerdem habe er die Aufbau- und Montageanleitung optimiert und die Zuordnung verbessert. Auch für vorne werde nun eine Verbindungslasche beigelegt, um den Wickelaufsatz besser zu befestigen. 7) Laut Hersteller wird die Wickelkommode aufgebaut geliefert, sodass keine Montage erforderlich ist. ÖKO-TEST hat das Modell bei einem Internethändler bestellt und unmontiert geliefert bekommen. 8) Laut Hersteller wurde die Montageanleitung mittlerweile übersichtlicher gestaltet. 9) Wickelkommode und Wickelaufsatz werden vom Hersteller getrennt angeboten. 10) Laut Herstellergutachten enthalten die aktuellen Bestandteile der Aufkantung keine Phthalate. 11) Laut Hersteller wurden die Einlegeböden mittlerweile abgeändert und besser fixiert. 12) Wandbefestigung vorgesehen, hintere Barriere fehlt. 13) Laut Hersteller hat die Kommode das GS-Zertifikat „Geprüfte Sicherheit“ des Entwicklungs- und Prüflabors Holztechnologie (eph).

Legende: Produkte mit gleichem Gesamturteil sind in alphabetischer Reihenfolge aufgeführt. Unter dem Testergebnis Inhaltsstoffe führt zur Abwertung um vier Noten: eine Formaldehydabgabe von mehr als 110 mg/kg (stark erhöht). Zur Abwertung um jeweils zwei Noten führen: a) eine Formaldehydabgabe von mehr als 55 bis 110 mg/kg (erhöht); b) mehr als 100 bis 1.000 mg/kg der in Babyartikeln und Kinderspielzeug gesetzlich reglementierten Phthalate (hier: Dibutylphthalat DBP). Zur Abwertung um jeweils eine Note führen: a) insgesamt mehr als 200 bis 1.000 µg/m³ flüchtige organische Verbindungen (VOC) ohne Hexanal und Delta-3-Caren; b) mehr als 25 µg/m³ Delta-3-Caren; c) mehr als 20 µg/m³ Hexanal.

Das Testergebnis Praxisprüfung setzt sich zu jeweils 40 Prozent aus den Teilergebnissen Sicherheit und Konstruktion zusammen sowie zu 20 Prozent aus dem Teilergebnis Information und Aufbau. Die Teilergebnisse Information und Aufbau sowie Konstruktion werden jeweils aus Einzelnoten arithmetisch ermittelt und kaufmännisch gerundet. Die einzelnen Parameter wurden vom Testinstitut auf einer Punkteskala von 1 bis 5 bewertet, wobei 5 der höchsten Bewertung entspricht. Die Punktzahl wird wie folgt in Noten umgesetzt: 4,5 bis 5,0 Punkte = sehr gut; 3,5 bis 4,4 Punkte = gut; 3,0 bis 3,4 Punkte = befriedigend; 2,5 bis 2,9 Punkte = ausreichend; 2,0 bis 2,4 Punkte = mangelhaft. Benotung Erstmontage: relativ einfach = gut; durchschnittlich = befriedigend; etwas schwierig = ausreichend; schwierig = mangelhaft. Benotung Sicherheit: Kommode kippt nach hinten/Wickelanbau nach Prüfung stark beschädigt = ungenügend; Schutzränder nicht hinreichend oder teilweise nicht gerundet = befriedigend. Unter dem Testergebnis Weitere Mängel führen zur Abwertung um zwei Noten: eine oder mehrere wichtige Herstellerangaben fehlen, wie Höchstgewicht (Baby), Hinweise zur Auflage, Herstellerangabe auf Kommode, Modell nicht oder schwer ermittelbar (keine eindeutige Produktbezeichnung auf Produkt oder Anleitung). Ein Testergebnis Weitere Mängel, das „befriedigend“ oder schlechter ist, verschlechtert das Teilergebnis Information und Aufbau um eine Note.

In das Gesamturteil gehen das Testergebnis Inhaltsstoffe und das Testergebnis Praxisprüfung zu jeweils 50 Prozent ein. Ein Produkt mit einem „ungenügenden“ Teilergebnis Sicherheit kann im Testergebnis Praxisprüfung und im Gesamturteil nicht besser sein als „ungenügend“.

Testmethoden: Probenahme des Hauptmaterials jeweils im Bereich des Wickelaufsatzes (Liegefläche/Randbarriere). Flüchtige organische Verbindungen: getrennte Analyse von Hauptmaterial und Material Rückwand/Schubladenböden; EPZ-Messung mit Thermodesorption-GC/MS nach 24 h; nicht identifizierbare Verbindungen im Siedebereich C6-C14 berechnet als Toluol; Raumgröße 30 m³; Luftwechselzahl 0,5/h. Formaldehyd: getrennte Analyse von Hauptmaterial und Material Rückwand/Schubladenböden in Anlehnung an DIN EN 717-3 (Flaschenmethode); Temperierzeit 24 h, Bezug der Formaldehydabgabe auf die ungetrocknete Probe. Weichmacher, Flammschutzmittel, antimikrobiell wirkende Substanzen, Insektizide: GC/MS nach Extraktion mit Aceton/Ethylacetat und Derivatisierung.

Praxistest: Sicherheitscheck gemäß den allgemein gültigen Normen für Kinderspielzeug und Wickelkommoden, DIN EN 71 und DIN EN 12221-1 und -2. Beurteilung der Qualität (Klarheit und Darstellung) der Aufbauanleitung, der Verarbeitung und der Konstruktion durch Laborexperten, dabei Bewertung auf einer Punkteskala von 1 bis 5, wobei 5 der höchsten Bewertung entspricht. Prüfumfang Verarbeitung: a) Oberflächen und Kanten; b) Rückwand, Befestigungselemente und Anbauteile; c) Wickeleinrichtung. Prüfumfang Gesamtkonstruktion: a) Fächer, Einlegeböden; b) Schubladen; c) Türen; d) Korpus, Rückwand; e) Wickeleinrichtung (Anbau, Barrieren).

Einkauf der Testprodukte: März - April 2009.

Anbieterverzeichnis: www.oekotest.de

Tests und deren Ergebnisse sind urheberrechtlich geschützt. Ohne schriftliche Genehmigung des Verlages dürfen keine Nachdrucke, Kopien, Mikrofilme oder Einspielungen in elektronische Medien angefertigt und/oder verbreitet werden.

So haben wir getestet

Der Einkauf
Die Wickelkommoden wurden zwischen März bis April 2009 einkauft. In einigen Fällen sind sie Teil eines Kindermöbelprogramms. Meist gehört der Wickelaufsatz zum Lieferumfang, teilweise muss er jedoch separat bestellt werden.

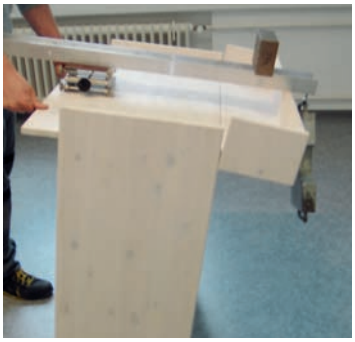
Problematische Inhaltsstoffe
Das Holz selbst, Klebstoffe bei Span- und Sperrholzplatten sowie Beschichtungen und Anstrichmittel können Formaldehyd und flüchtige organische Verbindungen (VOC) abgeben und die Raumluft belasten. Deshalb ließen wir jeweils das Hauptmaterial und zusätzlich noch die eher minderwertigen Rückwände/Schubladenböden untersuchen. Formaldehyd gilt als krebserregend und besonders bedenklich, wenn es eingeatmet wird. Zudem kann es schon in geringen Mengen Schleimhautreizungen und Kopfschmerzen verursachen. Neben der VOC-Gesamtbelastung achteten wir darauf, ob einzelne Verbindungen besonders problematisch sind.

Die Praxisprüfung
Ein von uns beauftragtes Testinstitut baute die Wickelkommoden mithilfe eines Akkuschraubers auf und prüfte die Modelle anhand einer Norm für Wickelkommoden auf ihre Sicherheit: Stehen sie sicher und halten sie auch schwere Babys aus? Sind die Schutzränder gerundet? Gibt es Quetsch- und Scherstellen? Außerdem begutachteten die Fachleute die Verarbeitung und die Konstruktion insgesamt, also Schubladen, Einlegeböden, Türen, Korpus, Rückwand und die Art des Wickelaufsatzes.

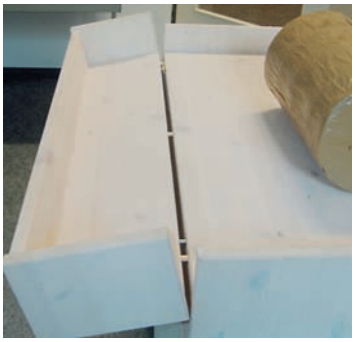
Die Bewertung
Die ausgasenden Inhaltsstoffe bewerten wir streng, weil sie eingeatmet werden. Für Formaldehyd beziehen wir uns auf einen Richtwert des Bundesinstituts für Risikobewertung für Holzspielzeug, der sicherstellen soll, dass die Grenzwerte für Holzwerkstoffe der Chemikalien-Verbotsverordnung eingehalten werden. „Stark erhöht“ ist ein Formaldehydgehalt, der diesen Wert und damit möglicherweise die gesetzliche Grenze für Holzwerkstoffe überschreitet; ab der Hälfte dieser Menge werten wir in Anlehnung an den *Blauen Engel* und andere Gütezeichen ab. Eltern sollten bedenken, dass die Wickelkommode nicht das einzige Möbel- und Ausstattungsstück im Raum ist, das Schadstoffe ausgast. Dies gilt auch für VOCs. Eine Kommode mit gravierenden Sicherheitsmängeln, die bei Belastung umkippt, ist für uns „ungenügend“, ganz egal wie die anderen Teilergebnisse ausfallen.

Die meisten Wickelkommoden wurden, verteilt auf bis zu vier Pakete, in allen Einzelteilen geliefert. Schon allein das Sortieren nahm einige Zeit in Anspruch, wobei mehr als die Hälfte der Produkte leichte Transportschäden hatte. Ärgerlich – vielleicht waren die Teile nicht gut genug verpackt? Da wir die Ursache nicht kennen, vergaben wir dafür keine Minuspunkte.

Mit kleineren und größeren Gewichten wurde an allen Seiten die Standsicherheit geprüft. Die *Wickelkommode Art.-Nr. 7261* von Life Time kippte schon bei kleiner Last nach hinten und wäre umgefallen. Wenn der Hersteller eine Wandbefestigung vorschreiben würde, wäre er fein raus.



Ein 15 Kilogramm schwerer Prüfkörper, der in leicht geneigtem Zustand auf die Schutzränder zurollt, zeigt, dass die Barrieren halten. Wieder versagte die Kommode von Life Time: Der hintere Wickelansatz knickte durch die Last nach unten und war beschädigt.



Auch das Urteil von Nutzern war uns wichtig. Ein Paneltest mit drei Elternpaaren und ihren Babys sollte zeigen, wie gut sie mit der Wickelkommode klarkommen. Sie mussten verschiedene Funktionen wie Arbeitshöhe, Arbeitsfläche, seitliche Begrenzungen, Stauraum und Zweckmäßigkeit bewerten und am Schluss auch noch ihren Gesamteindruck zusammenfassen. Da die Nutzer sehr subjektiv urteilten, flossen die Ergebnisse nicht in die Bewertung des Praxistests ein.

Fotos: Labor (6)

Was uns die Gütesiegel sagen

Der **Blaue Engel für „Emissionsarme Produkte aus Holz und Holzwerkstoffen“** gilt auch für Möbel und gibt an, dass die ausgezeichneten Produkte wenig Schadstoffe ausgasen. Dabei ist er aber nicht so streng wie ÖKO-TEST. In Bezug auf Formaldehyd ist die zulässige Belastung jedoch vergleichbar, aber es darf die dreifache Menge an flüchtigen organischen Verbindungen (VOC) entweichen. Einzelne kritische VOC-Verbindungen oder -Gruppen wie die Aromaten werden nicht begrenzt. Über die sonstige Qualität und die Sicherheit des Produkts sagt der *Blaue Engel* nichts aus. Das Label ist in Bezug auf die gesundheitliche Unbedenklichkeit eingeschränkt hilfreich.

Die deutsche Gütegemeinschaft Möbel vergibt das **Goldene M** als Gütesiegel für Möbel, die vom Hersteller freiwillig einer umfassenden Prüfung durch zugelassene Testinstitute unterzogen werden. Die Schadstoffprüfung orientiert sich an den Vorgaben des *Blauen Engels*. Die umfangreichen technischen Qualitätsanforderungen unterscheiden acht Produktklassen, die Wickelkommoden gehören zu den Schrankmöbeln. Nach Aussagen der Gütegemeinschaft werden Vorgaben aus Gesetzen und Normen und auch darüber hinausgehende Anforderungen geprüft. Die Möbel erfüllen damit einen Mindestqualitätsstandard, den andere nicht unbedingt haben. Insgesamt kann der Verbraucher dem *Goldenen M* eingeschränkt vertrauen.

Das freiwillige **GS**-Zeichen für **„Geprüfte Sicherheit“** bescheinigt, dass das Produkt von einer zugelassenen, zertifizierten Prüfstelle auf die sicherheitstechnischen Anforderungen des Geräte- und Produktsicherheitsgesetzes geprüft wurde, wie von TÜV und LGA. Dabei kommen in der Regel die einschlägigen Normen zum Tragen, allerdings wird der Test auch durch das jeweilige Institut beeinflusst. Im Laufe der fünfjährigen Geltungsdauer werden Produkt und Produktion mehrfach kontrolliert. Leider haben unsere Tests schon häufig gezeigt, dass auch auf die Sicherheit von *GS*-zertifizierten Produkten nicht immer Verlass ist.

Checkliste: Sicherer Wickelplatz

- Auf stabilen Stand achten, vor allem Aufsätze auf Badewannen dahingehend prüfen.
- Möglichst hohe Aufkantungen, die auch die gewählte Wickelauflage deutlich überragen.
- Schadstoffarme Wickelauflage wählen (vgl. ÖKO-TEST Wickelauflagen, 7/2008), auf keinen Fall aus belastetem PVC.
- Keine scharfen Kanten.
- Notwendige Wickelutensilien griffbereit halten, dabei an die Reichweite des Kindes denken.
- Baby keine Sekunde aus den Augen lassen, möglichst eine Hand am Kind behalten.
- Im Notfall Baby auf oder unter die Arme nehmen oder an sicherer Stelle auf den Boden legen.

Anzeige

schülke

Schrammen kommen ...

... und gehen.

octenisept® Wundgel
hilft schnell und brennt nicht.

octenisept® Wundgel versorgt Schrammen und Wunden, leichte Verbrennungen und Sonnenbrand optimal mit notwendiger Feuchtigkeit. Es bildet eine wirksame Schutzschicht vor Bakterien, schützt so vor Infektionen und fördert die natürliche Heilung. **Jetzt in Ihrer Apotheke.**

Wäschefreundlich, da farblos.

Kompakt

Kasper kämpft ums Klima

„Tri-Tra-Trullala, Kasperle ist wieder da!“ Allerdings schlägt er sich heutzutage nicht mehr im Wald mit Räubern herum, sondern mit Energiedieben im Haushalt – bereits zum vierten Mal tourt das Puppentheater Dieter Kussani mit dem Stück „Kasper und die Energieräuber“ im Auftrag des Umweltbundesamts durch Deutschland. Bis Oktober stehen insgesamt 42 Stationen in allen Bundesländern auf dem Programm. Die 45-minütigen Veranstaltungen für Kinder von vier bis zehn Jahren sind kostenlos. Informationen zu den Veranstaltungsorten unter www.umweltkasper.de

Spiele zum Nachschlagen

Wie ging eigentlich noch mal „Himmel und Hölle“ oder das „Fadenspiel“? Spiele, die man noch von früher kennt, die aber in Vergessenheit zu geraten drohen, kann man jetzt wieder in „Knaurs Spielebuch“ nachschlagen. Die Neuauflage des Klassikers aus dem Jahre 1953 enthält über 500 Spielideen, Scherzfragen, Abzählreime und Kinderlieder aus vergangenen Tagen. **Johanna Preetorius,** *Knaurs Spielebuch*, Knaur TB, 2009, 379 Seiten, 12,95 Euro.

Foto: image source

Siegel für Hörbücher

Der Markt der Hörbücher boomt. Welche wirklich hörenswert sind, darüber gibt künftig das Auditorix-Siegel Auskunft, ein Projekt der Initiative Hören und der nordrhein-westfälischen Landesanstalt für Medien. Damit sollen Hörbücher für Kinder von drei bis 13 Jahren gekennzeichnet werden, die sich besonders für diese Altersgruppe eignen. Mehr Informationen dazu gibt es im Internet auf den Seiten www.auditorix.de und www.hoerbuchsiegel.de

Babynahrung | Eiweißgehalte gesenkt

(rol) Kinder, die in den ersten Lebensjahren zu viel Protein aufnehmen, haben später ein höheres Risiko, Übergewicht zu entwickeln. Dieser Erkenntnis der Donald-Studie des Forschungsinstituts für Kinderernährung (FKE) folgt eine aktuelle EU-Richtlinie, die den Kalorien- und Eiweißgehalt von Folgenahrung an den von Natur aus niedrigeren Wert der Muttermilch angenähert hat. Die Höchstgrenzen für den Kaloriengehalt pro 100 ml bei Anfangsnahrung sinken von 75 auf 70 und bei Folgenahrung von 80 auf 70. Bereits seit einigen Monaten finden Eltern die neue Säuglingsnahrung in den Verkaufsregalen, gut zu erkennen an den Etiketten, auf denen die Folgenahrung der Stufe 2 jetzt erst für Babys nach dem sechsten Monat (zuvor vierter Monat) und die Stufe 3 nach dem zehnten Monat (zuvor achter Monat) empfohlen wird. Bis Ende dieses Jahres sind sowohl die neuen als auch die bisherigen Produkte erlaubt.

Foto: Brand X

Klassenfahrt | Störer muss zu Hause bleiben

Foto: ccvision.de

(rol) Ein Schüler, der ständig den Unterricht stört, Anweisungen von Lehrern missachtet und Mitschüler belästigt, darf von einer Klassenfahrt ausgeschlossen werden. Dies hat das Berliner Verwaltungsgericht entschieden. Die Klassenkonferenz eines Charlottenburger Gymnasiums hatte einen Achtklässler von einer Reise nach Amrum ausgeschlossen, der im Unterricht durch sein aggressives Verhalten aufgefallen war. Bei einer Klassenfahrt komme es wegen der ungewohnten Umgebung und der Nähe, der die Schüler untereinander ausgesetzt seien, besonders darauf an, die schulische Ordnung zu wahren, so die Richter. (Az. VG 3 L 270.09, noch nicht rechtskräftig)

Technik | Handys zum Kalorienzählen

(rol) Das Fraunhofer-Institut für Graphische Datenverarbeitung in Rostock hat einen Sensor fürs Handy entwickelt, der das Bewegungs- und Essverhalten von übergewichtigen Jugendlichen erfasst und ihnen so beim Abnehmen helfen soll. Zusätzlich muss jede Mahlzeit fotografiert und via MMS an einen Ernährungsberater weitergeleitet werden. Das Spezialhandy wird an Elf- bis 17-Jährigen in der Inselklinik auf Usedom getestet und soll Ende des Jahres marktreif sein. „Es kann zumindest eine Hilfe sein“, sagt dazu die Ernährungswissenschaftlerin Dagmar von Cramm. Vorteile seien neben der hohen Akzeptanz bei Jugendlichen der spielerische Einsatz und die Flexibilität. Ein Patentrezept zum Abnehmen sei die neue Technik aber nicht: „Betroffene können die Überwachung leicht austricksen.“

Foto: irisblende.de

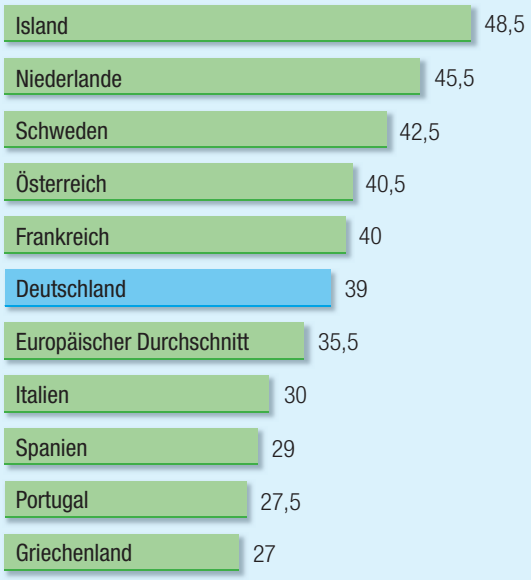
Geburtsgewicht | Risikofaktor Weichmacher

(rol) Bisher standen Weichmacher vor allem in Verdacht, Fortpflanzungsorgane zu schädigen und ähnlich wie ein Hormon zu wirken. Eine neue Studie von Wissenschaftlern der University Shanghai deutet nun darauf hin, dass Phthalate auch ein Risikofaktor für Untergewicht bei Neugeborenen sein können. Demnach ist ein auffallend niedriges Geburtsgewicht verbunden mit einer überdurchschnittlichen Belastung des Babys durch Phthalate. Ein ursächlicher Zusammenhang zwischen dem Gewicht und damit der Entwicklung der Kinder im Mutterleib und den Weichmachern sei damit zwar noch nicht bewiesen, so die Forscher. Die Studie trage jedoch zur wachsenden Besorgnis in Bezug auf die weit verbreiteten Substanzen bei.

Foto: amw-photography.de

Kindersicherheit | Deutschland nur Mittelmaß

Ausgewählte Ergebnisse unter 24 teilnehmenden Ländern.



Mit 39 von 60 möglichen Punkten hat Deutschland den neunten Platz beim Ländervergleich der European Child Safety Alliance belegt. Bei der Studie wurden 24 Nationen auf ihre Gesetze zur Kindersicherheit in Haushalt, Freizeit und Verkehr geprüft. Zur Spitzengruppe zählt Deutschland bei der Verkehrssicherheit – dank einer guten Verkehrserziehung. Sorgen bereiten aber die Unfälle durch Ertrinken. Nachholbedarf gibt es unter anderem bei den gesetzlichen Regelungen zur Beschilderung von Stränden.

Quelle: European Child Safety Alliance

Grafik: ÖKO-TEST

Online-Duden | „Flip-Flop“ oder „Zehentanga“

(rol) A wie „Achselhamster“ (Achselbehaarung) bis Z wie „Zehentanga“ (Flip-Flop-Schuh) – mehr als 1.200 Ausdrücke der Jugend- und Szenesprache hat die Dudenredaktion gemeinsam mit dem Hamburger Trendbüro in einem Online-Wörterbuch zusammengefasst. Auf www.szenesprachenwiki.de erfährt man beispielsweise, dass jemand „overchicked“ ist, wenn er als unattraktiver Mensch eine attraktive Freundin ergattert hat, und dass „abschimmeln“ (ausruhen) nichts mit dem Verfallsdatum zu tun hat. Das Szenesprachenwiki lebt vom Mitmachen. Jeder kann Wörter vorschlagen. Einzige Bedingung ist, dass sie sich „ergoogeln“ lassen, also im täglichen Sprachgebrauch verwendet werden.

Anzeige

Immer auf Nummer sicher!

Den Kindern zuliebe!

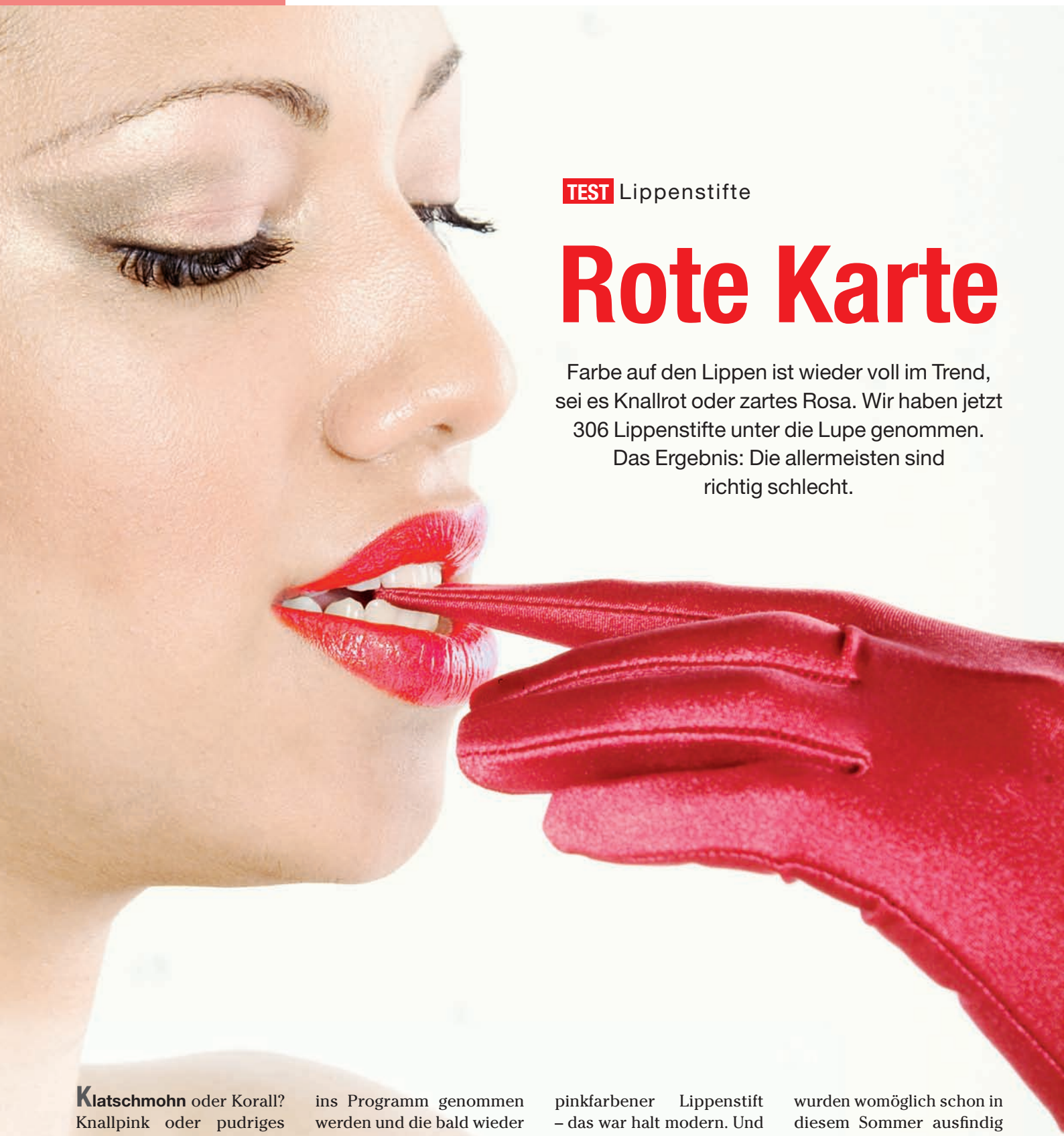
PAIDI möchte, dass Ihre Kinder in einem gesunden Wohnumfeld aufwachsen und sich gut entwickeln können.

Ob giftfreie Lacke oder höchste Stabilität der Möbel – für die Spezialisten steht die Sicherheit der Kleinen an erster Stelle.

DER BLAUE ENGEL

* ausgenommen Textilien

www.paidi.de



TEST Lippenstifte

Rote Karte

Farbe auf den Lippen ist wieder voll im Trend, sei es Knallrot oder zartes Rosa. Wir haben jetzt 306 Lippenstifte unter die Lupe genommen. Das Ergebnis: Die allermeisten sind richtig schlecht.

Klatschmohn oder Korall? Knallpink oder pudriges Rosé? Den Lieblingslippenstift gibt es in Dutzenden Farben. Manche Töne begleiten ihre Kundschaft über Jahre, gerade die Naturkosmetikhersteller bleiben ihren Nuancen treu. Bei den konventionellen Herstellern hingegen gibt es immer wieder Farbtöne, die nur für eine Saison mit ins Programm genommen werden und die bald wieder Platz für einen neuen Trend machen müssen.

Welche Farbe ins Gesicht kommt, hängt nicht nur davon ab, was zum Teint, zu Augen oder Haar passt. Mode ist brutaler. Wir müssen uns nur an die Achtzigerjahre erinnern: Kanarienvogelgelber Lidschatten, blaue Wimperntusche und pinkfarbener Lippenstift – das war halt modern. Und niemanden hat es gestört. Viele Farben aus dieser Zeit finden sich heute wieder in den Schminkkästen, selbst Neon ist kein Tabu mehr. Aber auch zarte Pudertöne, die Grundausstattung für den sogenannten „Nude"-Look, liegen im Trend.

Die Töne und Nuancen, die wir 2011 tragen werden, wurden womöglich schon in diesem Sommer ausfindig gemacht – vom Netzwerk Intercolor, einer Non-Profit-Organisation, die 14 Länder umfasst. Das jüngste Treffen fand im Juni in Lyon statt. Seit Mitte der Fünfzigerjahre gibt Intercolor der Industrie halbjährlich Empfehlungen, wohin der farbliche Trend gehen könnte. Oder eher: sollte?

Foto: edoardo raffaele/Fotolia.com

„Zeitgeist kann man nicht herbeizwingen“, sagt Niels Holger Wien, der auch dieses Mal das Deutsche Mode-Institut vertrat: „Wir sondieren Trends und Stimmungen, analysieren Entwicklungen in Politik, Kultur, Gesellschaft und Mode.“ Puzzlearbeit sei das. Aber eine, die am Ende ein Stimmungsbild ergibt, dessen Farben die Welt von morgen spiegeln könnten. Zweimal im Jahr bringen der Modedesigner Wien und seine Kollegen eine Color-Card heraus, die 32 Farben umfasst. Oft sind es nicht die einzelnen Farbtöne, die neu sind. Sondern die Farbreihen, die ganz neue Harmonien ergeben.

Wer nun glaubt, die schlechte wirtschaftliche Lage würde die Zukunft schwarz färben, täuscht sich. „Dunkelheit ist nur ein Thema, auf der anderen Seite kündigen sich viele helle Töne an und eine sanfte Farbigkeit – man könnte sagen: neonpastell“, erklärt Wien. Wie er sehen seine Kollegen die Krise als Chance. Schlagworte wie Nachhaltigkeit, Wertigkeit oder Realismus sind schließlich nicht erst im vergangenen Herbst aufgetaucht. „Es muss nicht mehr alles clean und perfekt sein“, erklärt Wien, „die Entwicklung geht hin zu mehr Leichtigkeit und Entspanntheit. Alt und Neu darf kombiniert werden. Und man darf sich auch fragen: Brauche ich das?“

Wir haben jetzt von 21 Marken jeweils einen Cremelippenstift eingekauft und alle Farben mitgenommen, die wir in Kaufhäusern und Drogerien finden konnten. So kamen insgesamt 306 Farbnuancen zusammen. Diese haben wir ins Labor geschickt um zu erfahren, ob problematische oder bedenkliche Stoffe in den Stiften stecken.

Das Testergebnis

■ Da kann man schon mal rotsehen: Von 306 Lippenstiften schneiden 121 Produkte mit „ungenügend“ ab, 44 weitere mit „mangelhaft“. Rundum zu empfehlen sind alle getesteten Lippenstifte von Dr. Hauschka, Lavera und Logona. Nur eine konventionelle Marke geht durchweg mit „sehr gut“ aus dem Test: beim *[b] basic Lippenstift* von Schlecker sind alle 20 getesteten Farbnuancen in Ordnung. Keinen farblichen Hoffnungsschimmer gibt es dagegen beim *Artdeco Perfect Color Lipstick*, dem *Astor Soft Sensation Vitamin & Collagen*, dem *La Roche-Posay Novalip Rouge Satin,* dem *Lancôme L'Absolu Rouge Creme-Lippenstift*, dem *Maybelline Jade Moisture Extreme* und dem *Rimmel Moisture Renew Lipstick*: Alle getesteten Farbnuancen dieser Lippenstifte fallen mit „mangelhaft“ und „ungenügend“ durch den Test.

Rundum empfehlenswert: Dr. Hauschka, Lavera, Logona und die [b] basic-Reihe von Schlecker

■ Je nachdem, welche Farbpigmente zum Einsatz kommen, gelangen zusätzlich Schadstoffe in die Grundrezeptur – und bei einem normalen Cremelippenstift können Pigmente immerhin rund zehn Prozent des Stifts ausmachen. Besonders kritisch ist der Farbstoff CI 17200, der das krebsverdächtige Anilin abspalten kann. Diese Substanz hat das beauftragte Labor in acht Farbnuancen des *Nivea Beauté Colour Passion* nachgewiesen und auch in den Luxusstiften von Chanel und Dior. Die meisten Anbieter setzen halogenorganische Farbpigmente, erkennbar als CI 45410, CI 45380, CI 12085 oder CI 73360 auf der Liste der deklarierten Inhaltsstoffe, in der einen oder anderen Farbe ein. Und in etlichen Nuancen ist der gelbe Farbstoff Tartrazin (CI 19140) enthalten, der, wenn er mit dem Lippenstift in den Körper gelangt, verdächtig ist, Unverträglichkeiten wie Juckreiz und Hautausschläge auszulösen.

In zehn Lippenstiften ist Anilin nachweisbar, das im Verdacht steht, Krebs zu erzeugen

■ Für die Haftung auf den Lippen sind vor allem Wachse und Fette zuständig. Häufig kommen Rizinusöl oder Candellilawachs zum Einsatz. Viele Rezepturen enthalten allerdings auch Paraffine, Erdölprodukte oder synthetische Stoffe wie Silikone. Weil sich der Lippenstift abträgt, indem man ihn nach und nach weglutscht, gelangen diese Stoffe in den Körper. Paraffine etwa können sich im Körper in Organen wie der Leber oder den Lymphknoten anreichern. Für Paraffine/Erdölprodukte/Silikone gibt es deshalb zwei Minuspunkte. In Bio-Produkten sind solche Fette und Wachse tabu. Auch die Lippenstife von Börlind und Schlecker kommen ohne aus.

■ Lichtschutzfilter, die im Tierversuch wie ein Hormon wirken, etwa Ethylhexyl Methoxycinnamate und Benzophenone-3, stecken in den Lippenfarben von Astor, Artdeco, Lancôme, Maybelline Jade und Rimmel. Die allergisierenden Duftstoffe Hydroxycinnamal und/oder Cinnamylalkohol kritisieren wir in den Lippenstiften von Lancôme, Astor und Rimmel sowie in den *L'Oréal Color Riche*-Stiften und den *P2*-Lippenstiften von Dm.

Chanel und Dior haben wieder einmal gezeigt, dass teure Kosmetik ihr Geld oft nicht wert ist

■ Zwei besonders schicke Franzosen im Test, Chanel und Dior, haben sich geweigert, uns die Inhaltsstoffe ihrer Produkte detailliert aufzuschlüsseln. Dazu sind sie jedoch laut Kosmetikverordnung verpflichtet. So oder so: Allein durch das nachgewiesene Anilin sowie den Gehalt an Paraffinen/Erdölprodukten/Silikonen erhalten *Chanel Rouge Allure Lip Colour, 09 Lover* sowie *Rouge Dior Lipcolor, 999 Celebrity Red* ein „ungenügend“. Auch Procter & Gamble, Hersteller des *Max Factor Colour Collections Lippenstifts,* wollte uns nicht genau sagen, welche Inhaltsstoffe die Farbnuance *120, Icy Rose* ausmacht. Für diese Schweigsamkeit gab es Abzug, alles in allem mussten wir auch hier das Gesamturteil „ungenügend“ vergeben.

Maren Klein/Christine Throl

Unsere Empfehlungen

✓ Einer gut, alle gut? Leider nein. Bei einer Lippenstiftserie kann ein Farbton ganz unproblematische Farbpigmente enthalten, beim nächsten werden eher bedenkliche Pigmente eingesetzt.

✓ Die Lippen mit einem Konturstift in der Farbnuance des Lippenstifts nachzeichnen, eine Lage Lippenstift auftragen, mit Papiertüchlein abtupfen, pudern und noch eine Lage Lippenfarbe auftragen.

Test Lippenstifte

So haben wir getestet

Der Einkauf

Für den Test kauften wir in großen Drogerien und Kaufhäusern Lippenstifte von 21 Kosmetikmarken ein – ganz normale Cremelippenstifte, die weder versprechen, besonders lange zu halten, noch besondere Effekte auf die Lippen zu zaubern. Von den jeweiligen Marken haben wir fast immer die gesamte Farbpalette mitgenommen.

Problematische Inhaltsstoffe

Die Grundrezeptur der Lippenstifte in einer Serie ist immer gleich. Je nach Farbnuance wird dieser Rezeptur aber eine andere Mischung von Pigmenten zugegeben. Der Hersteller braucht nur eine Liste mit den Inhaltsstoffen für alle Farben der Farbpalette anzugeben – sie werden hinter einem „may contain“ oder „+/-“ aufgeführt. Wer wissen möchte, welche dieser Stoffe in einem speziellen Farbton stecken, muss beim Hersteller nachfragen. Das haben wir getan.
Jeweils ein Vertreter der Farbpalette wurde auf kritische Stoffe wie Diethylphthalat, Duftstoffe, die Allergien auslösen können sowie Nitromoschus- und polyzyklische Moschus-Verbindungen analysiert. Zudem wurde die Liste der Inhaltsstoffe auf bedenkliche UV-Filter, halogenorganische Farbpigmente, Tartrazin, Paraffine/Erdölprodukte/Silikone und PEG/PEG-Derivate gecheckt. Zusätzlich haben wir Stifte, die das Farbpigment CI 17200 enthalten, auf Anilin untersuchen lassen – und jene, die uns nicht sagen wollten, welche Pigmente eingesetzt werden, wurden im Labor auf ihren Tartrazingehalt hin analysiert.

Die Bewertung

In vielen unserer Kosmetiktests ähnelt sich die Bewertung der Inhaltsstoffe. Dennoch schauen wir uns auch immer ganz genau an, ob ein Produkt auf der Haut bleibt, ob es wieder abgewaschen wird oder gar in den Körper gelangen kann. Letzteres trifft für Lippenstifte zu – deshalb wurden Paraffine/Erdölprodukte/ Silikone hier auch strenger bewertet als etwa in einer Bodylotion oder einer Creme.

TEST Lippenstifte, zertifizierte Naturkosmetik	Dr. Hauschka Lipstick	Lavera Trend Sensitiv Lipstick	Logona Lippenstift
Anbieter	Wala	Laverana (Naturwarenladen)	Logona (Naturwarenladen)
Preis pro Stück in Euro	16,50	10,95	10,99
Farbe	04, Warmes Rot	17, Rosarot	05, Pure Red
Farbe eindeutig bekannt gegeben	ja	ja	ja
Anilin nachgewiesen	n.u.	n.u.	n.u.
Halogenorganische Farbpigmente	nein	nein	nein
Tartrazin	nein	nein	nein
Parfüm	ja	ja	ja
Duftstoffe, die Allergien auslösen können	nein	nein	nein
Weitere Duftstoffe	Geraniol, Farnesol, Eugenol	nein	nein
Polyzyklische Moschus-Verbindungen	nein	nein	nein
Bedenkliche UV-Filter	nein	nein	nein
PEG/PEG-Derivate	nein	nein	nein
Paraffine/Erdölprodukte/Silikone	nein	nein	nein
Testergebnis Inhaltsstoffe	sehr gut	sehr gut	sehr gut
Weitere Mängel	nein	**ja**	nein
Testergebnis Weitere Mängel	sehr gut	gut	sehr gut
Anmerkungen		2)	
Gesamturteil	**sehr gut**	**sehr gut**	**sehr gut**

TEST Lippenstifte	Manhattan X-treme Last & Shine	Artdeco Perfect Color Lipstick	Astor Soft Sensation Vitamin & Collagen	Chanel Rouge Allure Lip Colour
Anbieter	Lady Manhattan	Artdeco	Astor	Chanel
Preis pro Stück in Euro	4,95	9,50	7,99	29,95
Farbe	54G	03, Poppy Red	574	09 Lover
Farbe eindeutig bekannt gegeben	ja	ja	ja	**nein**
Anilin nachgewiesen	n.u.	n.u.	n.u.	**ja**
Halogenorganische Farbpigmente	**ja**	nein	nein	keine Angabe
Tartrazin	nein	**ja**	nein	nein
Parfüm	ja	ja	ja	ja
Duftstoffe, die Allergien auslösen können	nein	nein	**Hydroxycitronellal, Cinnamylalkohol**	nein
Weitere Duftstoffe	nein	nein	Geraniol	nein
Polyzyklische Moschus-Verbindungen	nein	nein	nein	**ja**
Bedenkliche UV-Filter	nein	**ja**	**ja**	nein
PEG/PEG-Derivate	nein	nein	nein	**ja**
Paraffine/Erdölprodukte/Silikone	**ja**	**ja**	**ja**	**ja**
Testergebnis Inhaltsstoffe	mangelhaft	ungenügend	ungenügend	ungenügend
Weitere Mängel	nein	**ja**	nein	**ja**
Testergebnis Weitere Mängel	sehr gut	gut	sehr gut	gut
Anmerkungen		2)		2)
Gesamturteil	**mangelhaft**	**ungenügend**	**ungenügend**	**ungenügend**

Fett gedruckt sind Mängel.
Abkürzungen: n.u. = nicht untersucht, weil sich dieser Parameter durch die Zusammensetzung des Produktes erübrigt.
Glossar: Erläuterungen zu den untersuchten Parametern finden Sie auf Seite 140.

Anmerkungen: 1) PVC/PVDC/chlorierte Kunststoffe in der Verpackung. 2) Umkarton, der kein Glas schützt. 3) Anilin nachgewiesen. 4) Tartrazin. 5) Halogenorganische Farbpigmente. 6) Bedenkliche UV-Filter (Ethylhexyl Methoxycinnamate oder Benzophenone-3). 7) Paraffine/Erdölprodukte/Silikone. 8) PEG/PEG-Derivate. 9) Deklara-

TEST Lippenstifte	Annemarie Börlind Lippenstift	[b] basic Lippenstift	Kron Hauptdarsteller Lipstick	Rival de Loop Creamy Lipstick	Yves Rocher Couleurs Nature Creme-Lippenstift	L' Oréal Color Riche - Dunkelblond
Anbieter	Börlind (Reformhaus)	Schlecker	Interco	Rossmann	Yves Rocher	L' Oréal
Preis pro Stück in Euro	12,00	2,49	4,99	1,99	14,90	7,45
Farbe	54, Celebrity Red	16	22, Dirigent	40	21, Mauve Alcée	256, Blush Fever
Farbe eindeutig bekannt gegeben	ja	ja	ja	ja	ja	ja
Anilin nachgewiesen	n.u.	n.u.	n.u.	n.u.	n.u.	n.u.
Halogenorganische Farbpigmente	nein	nein	nein	nein	nein	nein
Tartrazin	nein	nein	nein	nein	nein	nein
Parfüm	ja	ja	ja	nein	ja	ja
Duftstoffe, die Allergien auslösen können	nein	nein	nein	n.u.	nein	**Hydroxycitronellal**
Weitere Duftstoffe	nein	nein	nein	n.u.	Geraniol, Citronellol, Farnesol	Geraniol, Methyl 2-octynoate
Polyzyklische Moschus-Verbindungen	nein	nein	nein	n.u.	nein	nein
Bedenkliche UV-Filter	nein	nein	nein	nein	nein	nein
PEG/PEG-Derivate	nein	nein	nein	nein	nein	nein
Paraffine/Erdölprodukte/Silikone	nein	nein	**ja**	**ja**	**ja**	**ja**
Testergebnis Inhaltsstoffe	sehr gut	sehr gut	befriedigend	befriedigend	befriedigend	ausreichend
Weitere Mängel	**ja**	nein	nein	nein	nein	**ja**
Testergebnis Weitere Mängel	gut	sehr gut	sehr gut	sehr gut	sehr gut	gut
Anmerkungen	2)			16)	17)	1)
Gesamturteil	**sehr gut**	**sehr gut**	**befriedigend**	**befriedigend**	**befriedigend**	**ausreichend**

La Roche-Posay Novalip Rouge Satin	Lancôme L'Absolu Rouge Creme-Lippenstift	Max Factor Colour Collections Lippenstift	Maybelline Jade Moisture Extreme	Nivea Beauté Colour Passion	P2 Absolute Color Lipstick	Rimmel Moisture Renew Lipstick	Rouge Dior Lipcolor
La Roche-Posay (Apoth.)	Lancôme	P & G	L' Oréal	Beiersdorf	Dm	Rimmel	Christian Dior
15,90	27,50	10,99	4,75	9,45	1,95	7,99	27,95
22, Cassis Festif	7 Rose Nocturne	120, Icy Rose	160 (61), Rose Glamour	11, Raspberry	130, Forbidden Juice	110, Rose Sorbet	999, Celebrity Red
ja	ja	**nein**	ja	ja	ja	ja	**nein**
n.u.	n.u.	n.u.	n.u.	**ja**	n.u.	n.u.	**ja**
ja	**ja**	keine Angabe	**ja**	**ja**	**ja**	**ja**	keine Angabe
nein	nein	**ja**	nein	nein	**ja**	nein	nein
nein	ja	nein	ja	ja	ja	ja	ja
n.u.	**Hydroxycitronellal**	n.u.	nein	nein	**Hydroxycitronellal, Cinnamylalkohol**	**Hydroxycitronellal, Cinnamylalkohol**	nein
n.u.	Geraniol, Citronellol, Methyl 2-octynoate	n.u.	nein	Geraniol	Geraniol, Citronellol, Farnesol	Geraniol	Citral, Geraniol, Citronellol
n.u.	nein	n.u.	nein	nein	Spuren	nein	nein
nein	**ja**	nein	**ja**	nein	nein	**ja**	nein
ja	**ja**	nein	**ja**	nein	nein	nein	nein
ja	**ja**	**ja**	**ja**	**ja**	**ja**	**ja**	**ja**
ungenügend	ungenügend	ungenügend	ungenügend	ungenügend	ungenügend	ungenügend	ungenügend
ja	**ja**	nein	nein	nein	nein	nein	**ja**
gut	gut	sehr gut	sehr gut	sehr gut	sehr gut	sehr gut	gut
2)	2)				18)		2)
ungenügend	**ungenügend**	**ungenügend**	**ungenügend**	**ungenügend**	**ungenügend**	**ungenügend**	**ungenügend**

tionspflichtige Duftstoffe, die Allergien auslösen können (Hydroxycitronellal). 10) Deklarationspflichtige Duftstoffe, die Allergien auslösen können (Hydroxycitronellal, Cinnamylalkohol). 11) Weitere Duftstoffe Geraniol, Citronellol, Farnesol. 12) Weitere Duftstoffe Geraniol, Methyl 2-octynoate. 13) Weiterer Duftstoff Geraniol. 14) Weitere Duftstoffe Geraniol, Citronellol, Methyl 2-octynoate. 15) Weitere Duftstoffe Geraniol, Farnesol, Eugenol. 16) Laut Anbieter wird das Produkt ab Chargennummer 930 mit neuer, paraffinfreier Rezeptur produziert. 17) Der weitere Duftstoff Farnesol wurde analysiert, er ist jedoch nicht deklariert. 18) Die weiteren Duftstoffe Citronellol und Farnesol wurden analysiert, sie sind jedoch nicht deklariert.

Legende: Produkte mit gleichem Testurteil sind in alphabetischer Reihenfolge aufgeführt. Zur Abwertung um vier Noten führt: Anilin nachgewiesen. Zur Abwertung um

Lippenstifte nach Farbtönen

TEST Lippenstifte, zertifizierte Naturkosmetik Produkt/Farbe	Testergebnis Inhaltsstoffe	Testergebnis Weitere Mängel	Anmerkungen	Gesamturteil
Dr. Hauschka Lipstick, Wala, 16,50 Euro				
01, Rostrot	sehr gut	sehr gut	15)	sehr gut
02, Kupferrot	sehr gut	sehr gut	15)	sehr gut
03, Weiches Hellbraun	sehr gut	sehr gut	15)	sehr gut
06, Dunkelrot	sehr gut	sehr gut	15)	sehr gut
07, Transparent Rosé	sehr gut	sehr gut	15)	sehr gut
09, Transparent Braun	sehr gut	sehr gut	15)	sehr gut
11, Bordeauxrot	sehr gut	sehr gut	15)	sehr gut
Lavera Trend Sensitiv Lipstick, Laverana, 10,95 Euro				
14, Zartrosa	sehr gut	gut	2)	sehr gut
15, Pinkrosa	sehr gut	gut	2)	sehr gut
16, Zartrot	sehr gut	gut	2)	sehr gut
18, Shocking Pink	sehr gut	gut	2)	sehr gut
19, Mauve	sehr gut	gut	2)	sehr gut
20, Weinrot	sehr gut	gut	2)	sehr gut
21, Créme	sehr gut	gut	2)	sehr gut
22, Apricot	sehr gut	gut	2)	sehr gut
23, Orange	sehr gut	gut	2)	sehr gut
24, Orangebraun	sehr gut	gut	2)	sehr gut
25, Zartbraun	sehr gut	gut	2)	sehr gut
26, Rotbraun	sehr gut	gut	2)	sehr gut
27, Kaminrot	sehr gut	gut	2)	sehr gut
Logona Lippenstift, Logona, 10,99 Euro				
01, Rose	sehr gut	sehr gut		sehr gut
02, Pink	sehr gut	sehr gut		sehr gut
03, Orchidee	sehr gut	sehr gut		sehr gut
04, Scarlet Red	sehr gut	sehr gut		sehr gut
06, Terracotta	sehr gut	sehr gut		sehr gut
07, Mahagoni	sehr gut	sehr gut		sehr gut
08, Maroni Gold	sehr gut	sehr gut		sehr gut

TEST Lippenstifte Produkt/Farbe	Testergebnis Inhaltsstoffe	Testergebnis Weitere Mängel	Anmerkungen	Gesamturteil
Annemarie Börlind Lippenstift, Börlind, 12,00 Euro				
50, Raisin Cream	sehr gut	gut	2)	sehr gut
51, Mocha Latte	sehr gut	gut	2)	sehr gut
56, Rose Blush	sehr gut	gut	2)	sehr gut
59, Ice Rose	gut	gut	2) 4)	gut
52, Copper Brown	befriedigend	gut	2) 5)	befriedigend
53, Coral Reef	befriedigend	gut	2) 5)	befriedigend
57, Frosted Plum	befriedigend	gut	2) 5)	befriedigend
58, Cassis	befriedigend	gut	2) 5)	befriedigend
55, Ginger Bronze	ausreichend	gut	2) 4) 5)	ausreichend
Artdeco Perfect Color Lipstick, Artdeco, 9,50 Euro				
19, Light Venetian Red	mangelhaft	gut	2) 6) 7)	mangelhaft
21, Dark Venetian Rred	mangelhaft	gut	2) 6) 7)	mangelhaft
23, Sandal	mangelhaft	gut	2) 6) 7)	mangelhaft
26, Amethyst Smoke	mangelhaft	gut	2) 6) 7)	mangelhaft
33, Red Brown Emotion	mangelhaft	gut	2) 6) 7)	mangelhaft
40, Brown Toffee	mangelhaft	gut	2) 6) 7)	mangelhaft
63, Dark Indian Red	mangelhaft	gut	2) 6) 7)	mangelhaft
64, Dark Pompeian Red	mangelhaft	gut	2) 6) 7)	mangelhaft
69, Spicy Tangerine	mangelhaft	gut	2) 6) 7)	mangelhaft
74, Pomegranate	mangelhaft	gut	2) 6) 7)	mangelhaft
87, Light Purple	mangelhaft	gut	2) 6) 7)	mangelhaft
05, Deep Tango Red	ungenügend	gut	2) 4) 5) 6) 7)	ungenügend
15, Brick Red	ungenügend	gut	2) 4) 6) 7)	ungenügend
17, Copper	ungenügend	gut	2) 5) 6) 7)	ungenügend
22, Nude Antique Pink	ungenügend	gut	2) 4) 6) 7)	ungenügend
24, Turkish Rose	ungenügend	gut	2) 4) 5) 6) 7)	ungenügend
42, Desired Rose	ungenügend	gut	2) 4) 6) 7)	ungenügend
44, Bordeaux Shimmer	ungenügend	gut	2) 4) 6) 7)	ungenügend
49, Soft Copper	ungenügend	gut	2) 5) 6) 7)	ungenügend
53, Dark Shiny Mocha	ungenügend	gut	2) 5) 6) 7)	ungenügend
54, True Bordeaux	ungenügend	gut	2) 4) 5) 6) 7)	ungenügend
56, Dark Copper	ungenügend	gut	2) 4) 5) 6) 7)	ungenügend
58, Light Pearly Flesh	ungenügend	gut	2) 5) 6) 7)	ungenügend
59, Pearly Orange	ungenügend	gut	2) 4) 5) 6) 7)	ungenügend
70, Orange Copper	ungenügend	gut	2) 5) 6) 7)	ungenügend
77, True Rose	ungenügend	gut	2) 4) 6) 7)	ungenügend
80, Fairy Rose	ungenügend	gut	2) 4) 5) 6) 7)	ungenügend
81, Soft Fuchsia	ungenügend	gut	2) 5) 6) 7)	ungenügend
86, Dark Purple	ungenügend	gut	2) 4) 6) 7)	ungenügend
88, Baby Fuchsia	ungenügend	gut	2) 5) 6) 7)	ungenügend
92, Flamingo	ungenügend	gut	2) 4) 5) 6) 7)	ungenügend
Astor Soft Sensation Vitamin & Collagen, Astor, 7,99 Euro				
009	ungenügend	sehr gut	4) 5) 6) 7) 10) 13)	ungenügend
100	ungenügend	sehr gut	6) 7) 10) 13)	ungenügend

jeweils zwei Noten führen: a) Farbstoffe, die vom Hersteller nicht eindeutig bekannt gegeben wurden; b) Paraffine/Erdölprodukte/Silikone; c) PEG/PEG-Derivate; d) halogenorganische Farbpigmente; e) mehr als 10 mg/kg polyzyklische Moschus-Verbindungen; f) bedenkliche UV-Filter (Benzophenone-3, Ethylhexyl Methoxycinnamate). Zur Abwertung um jeweils eine Note führen: a) Tartrazin (CI 19140); b) Duftstoffe, die Allergien auslösen können (Hydroxycitronellal, Cinnamylalkohol). Unter Weitere Mängel führen zur Abwertung um eine Note: a) PVC/PVDC/chlorierte Kunststoffe; b) ein Umkarton, der kein Glas schützt.

Testmethoden: Nitromoschus-Verbindungen/polyzyklische Moschus-Verbindungen/Cashmeran/Duftstoffe, die Allergien auslösen können/Weitere Duftstoffe/Majantol/Diethylphthalat: Extraktion mit TBME, GC-MS. Farbe eindeutig bekannt gegeben: auf Anfrage vom Hersteller aufgeschlüsselt. Tartrazin: HPLC/DAD nach Extraktion. Prüfung auf Amine nach reduktiver Spaltung: Analytik entsprechend § 64 LFGB 82.02-2, Prüfung ohne vorherige Extraktion DIN EN 14362-1 (Juni 2004); 1. Methode GC/MS, 2. Methode TLC; zusätzliche Prüfung auf Anilin und Xylidine. PVC/PVDC/chlorierte: Röntgenfluoreszenzanalyse.

Einkauf der Testprodukte: April 2009.

Anbieterverzeichnis: Siehe www.oekotest.de

Tests und deren Ergebnisse sind urheberrechtlich geschützt. Ohne schriftliche Genehmigung des Verlages dürfen keine Nachdrucke, Kopien, Mikrofilme oder Einspielungen in elektronische Medien angefertigt und/oder verbreitet werden.

TEST Lippenstifte Produkt/Farbe	Testergebnis Inhaltsstoffe	Testergebnis Weitere Mängel	Anmerkungen	Gesamturteil
103	ungenügend	sehr gut	4) 6) 7) 10) 13)	ungenügend
110	ungenügend	sehr gut	4) 6) 7) 10) 13)	ungenügend
200	ungenügend	sehr gut	4) 5) 6) 7) 10) 13)	ungenügend
201	ungenügend	sehr gut	6) 7) 10) 13)	ungenügend
212	ungenügend	sehr gut	6) 7) 10) 13)	ungenügend
240	ungenügend	sehr gut	6) 7) 10) 13)	ungenügend
300	ungenügend	sehr gut	4) 6) 7) 10) 13)	ungenügend
304	ungenügend	sehr gut	4) 6) 7) 10) 13)	ungenügend
306	ungenügend	sehr gut	4) 6) 7) 10) 13)	ungenügend
330	ungenügend	sehr gut	6) 7) 10) 13)	ungenügend
400	ungenügend	sehr gut	6) 7) 10) 13)	ungenügend
410	ungenügend	sehr gut	6) 7) 10) 13)	ungenügend
436	ungenügend	sehr gut	4) 5) 6) 7) 10) 13)	ungenügend
500	ungenügend	sehr gut	5) 6) 7) 10) 13)	ungenügend
506	ungenügend	sehr gut	5) 6) 7) 10) 13)	ungenügend
620	ungenügend	sehr gut	5) 6) 7) 10) 13)	ungenügend
730	ungenügend	sehr gut	6) 7) 10) 13)	ungenügend
[b] basic Lippenstift, Schlecker, 2,49 Euro				
01	sehr gut	sehr gut		sehr gut
02	sehr gut	sehr gut		sehr gut
03	sehr gut	sehr gut		sehr gut
04	sehr gut	sehr gut		sehr gut
05	sehr gut	sehr gut		sehr gut
06	sehr gut	sehr gut		sehr gut
07	sehr gut	sehr gut		sehr gut
08	sehr gut	sehr gut		sehr gut
09	sehr gut	sehr gut		sehr gut
10	sehr gut	sehr gut		sehr gut
11	sehr gut	sehr gut		sehr gut
12	sehr gut	sehr gut		sehr gut
13	sehr gut	sehr gut		sehr gut
14	sehr gut	sehr gut		sehr gut
15	sehr gut	sehr gut		sehr gut
17	sehr gut	sehr gut		sehr gut
18	sehr gut	sehr gut		sehr gut
19	sehr gut	sehr gut		sehr gut
20	sehr gut	sehr gut		sehr gut
Kron Hauptdarsteller Lipstick, Interco, 4,99 Euro				
02, Close Up	befriedigend	sehr gut	7)	befriedigend
03, Impresario	befriedigend	sehr gut	7)	befriedigend
07, Rückblende	befriedigend	sehr gut	7)	befriedigend
08, Souffleur	befriedigend	sehr gut	7)	befriedigend
11, Kunststück	befriedigend	sehr gut	7)	befriedigend
17, Diva	befriedigend	sehr gut	7)	befriedigend
05, V.I.P.	ausreichend	sehr gut	4) 7)	ausreichend

Anzeige

An meinen Kopf
lasse ich nur Natur!

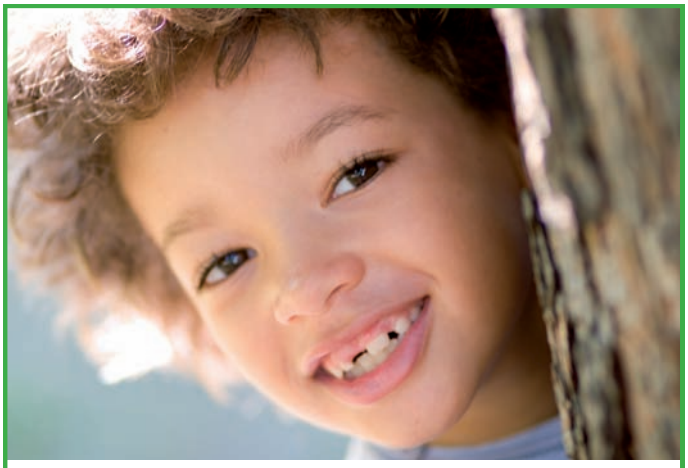
NATURFRISEURE
UND JENE DIE ES WERDEN!

D-16356 Werneuchen, **Ganzheitlicher Naturfrisör-M. Gröning**, Wegendorfer Str. 43, 033398 86201
* D-28757 Bremen, **(h):balance Naturfriseur Thorsten Gerth,** R. Bischoffstr. 20, 0421 650718
D-33719 Bielefeld, **Friseur Halfter,** Hassebrock 8, 0521 333333
D-40724 Hilden, **Naturfriseur Pia Schäfers**, Hochdahler Straße 112, 02103 44950
D-44532 Lünen, **Styling Gubisch Gabriele Gubisch**, Preußenstraße 1, 02306 44137
* D-45277 Essen, **Frisura Nova Christian Rodies**, Langenbergerstraße 505, 0201 58800880
D-46286 Dorsten, **Energienest Gudrun Nitzsche**, Salierweg 4, 02369 799752
D-60388 Frankfurt, **Juliana Hair Styling Juliana Wilbert**, Am weißen Turm 32, 06109 503944
D-72820 Sonnenbühl, **Dirk Müh Frisuren**, Im Dorf 5/2, 07128 2727
D-83607 Holzkirchen, **Haarprofis**, Erlkamerstraße 2, 0802462633
D-97070 Würzburg, **I Capelli Daniela Rudi-Krauth**, Bibrastraße 7, 0931 55044

CULUMNATURA®

* geprüfte Haut- und Haarpraktiker

www.culumnatura.at



Verwandeln Sie ein Schicksal in eine unbeschwerte Kindheit. Denn SOS-Kinderdörfer schenken Geborgenheit.

WERDEN SIE SOS-PATE!

www.sos-paten.de

SOS-Kinderdörfer
80329 München

TEST Lippenstifte Produkt/Farbe	Testergebnis Inhaltsstoffe	Testergebnis Weitere Mängel	Anmerkungen	Gesamturteil
23, Revue	ausreichend	sehr gut	4) 7)	ausreichend
13, Primadonna	mangelhaft	sehr gut	5) 7)	mangelhaft
14, Happy End	mangelhaft	sehr gut	5) 7)	mangelhaft
20, Operette	mangelhaft	sehr gut	5) 7)	mangelhaft
21, Broadway	mangelhaft	sehr gut	5) 7)	mangelhaft
09, Lustspiel	ungenügend	sehr gut	4) 5) 7)	ungenügend
La Roche-Posay Novalip Rouge Satin, La Roche-Posay, 15,90 Euro				
05, Rose Peche	mangelhaft	gut	2) 7) 8)	mangelhaft
54, Brun Cuivre	mangelhaft	gut	2) 7) 8)	mangelhaft
60, Brun Cacaoa	mangelhaft	gut	2) 7) 8)	mangelhaft
66, Corail Indien	mangelhaft	gut	2) 7) 8)	mangelhaft
73, Orange Miel	mangelhaft	gut	2) 7) 8)	mangelhaft
83, Rouge Cerise	mangelhaft	gut	2) 7) 8)	mangelhaft
11, Mauve Douceur	ungenügend	gut	2) 5) 7) 8)	ungenügend
23, Prune Irise	ungenügend	gut	2) 5) 7) 8)	ungenügend
28, Rose Framboise	ungenügend	gut	2) 5) 7) 8)	ungenügend
35, Rose Fruité	ungenügend	gut	2) 5) 7) 8)	ungenügend
42, Fuchsia Délice	ungenügend	gut	2) 5) 7) 8)	ungenügend
Lancôme L'Absolu Rouge Creme-Lippenstift, Lancôme, 27,50 Euro				
11 Rose Nature	ungenügend	gut	2) 6) 7) 8) 9) 14)	ungenügend
12 Rose Nuance	ungenügend	gut	2) 6) 7) 8) 9) 14)	ungenügend
47 Rouge Rayonnant	ungenügend	gut	2) 5) 6) 7) 8) 9) 14)	ungenügend
66 Orange Sacrée	ungenügend	gut	2) 5) 6) 7) 8) 9) 14)	ungenügend
130 Rouge Désir	ungenügend	gut	2) 5) 6) 7) 8) 9) 14)	ungenügend
131 Pense à Moi	ungenügend	gut	2) 6) 7) 8) 9) 14)	ungenügend
133 Amoureuse	ungenügend	gut	2) 5) 6) 7) 8) 9) 14)	ungenügend
150 Rouge Odyssée	ungenügend	gut	2) 5) 6) 7) 8) 9) 14)	ungenügend
153 Rouge Zénith	ungenügend	gut	2) 6) 7) 8) 9) 14)	ungenügend
350 Rose Incarnation	ungenügend	gut	2) 6) 7) 8) 9) 14)	ungenügend
353 Rose Aurore	ungenügend	gut	2) 5) 6) 7) 8) 9) 14)	ungenügend
L' Oréal Color Riche, L' Oréal, 7,45 Euro				
231, Sepia/Silk	ausreichend	gut	1) 7) 9) 12)	ausreichend
233, Boreal/Taffeta	ausreichend	gut	1) 7) 9) 12)	ausreichend
240, Dune	ausreichend	gut	1) 7) 9) 12)	ausreichend
253, Blush in Nude	ausreichend	gut	1) 7) 9) 12)	ausreichend
254, Kiss & Blush	ausreichend	gut	1) 7) 9) 12)	ausreichend
255, Blush in Plum	ausreichend	gut	1) 7) 9) 12)	ausreichend
258, Berry Blush	ausreichend	gut	1) 7) 9) 12)	ausreichend
264, Coral Rose	ausreichend	gut	1) 7) 9) 12)	ausreichend
265, Pearl Rose	ausreichend	gut	1) 7) 9) 12)	ausreichend
266, Sapphire Rose	ausreichend	gut	1) 7) 9) 12)	ausreichend
267, Ruby Rose	ausreichend	gut	1) 7) 9) 12)	ausreichend
268, Garnet Rose	ausreichend	gut	1) 7) 9) 12)	ausreichend
303, Tender Rose	ausreichend	sehr gut	7) 9) 12)	ausreichend
453, Rose Creme	ausreichend	sehr gut	7) 9) 12)	ausreichend
235, Nude	mangelhaft	gut	1) 4) 7) 9) 12)	mangelhaft

TEST Lippenstifte Produkt/Farbe	Testergebnis Inhaltsstoffe	Testergebnis Weitere Mängel	Anmerkungen	Gesamturteil
92, Transparent Blackcurrant	ungenügend	sehr gut	5) 7) 9) 12)	ungenügend
115, Coral Red	ungenügend	sehr gut	5) 7) 9) 12)	ungenügend
163, Magic Orange	ungenügend	sehr gut	5) 7) 9) 12)	ungenügend
226, Rose Glacé	ungenügend	sehr gut	5) 7) 9) 12)	ungenügend
257, Sunset Blush	ungenügend	gut	1) 5) 7) 9) 12)	ungenügend
263, Diamond Rose	ungenügend	gut	1) 5) 7) 9) 12)	ungenügend
Manhattan X-treme Last & Shine, Lady Manhattan, 4,95 Euro				
56T	befriedigend	sehr gut	7)	befriedigend
56V	befriedigend	sehr gut	7)	befriedigend
56X	befriedigend	sehr gut	7)	befriedigend
59X	befriedigend	sehr gut	7)	befriedigend
94H	befriedigend	sehr gut	7)	befriedigend
94P	befriedigend	sehr gut	7)	befriedigend
94R	befriedigend	sehr gut	7)	befriedigend
95N	befriedigend	sehr gut	7)	befriedigend
33N	mangelhaft	sehr gut	5) 7)	mangelhaft
34T	mangelhaft	sehr gut	5) 7)	mangelhaft
43N	mangelhaft	sehr gut	5) 7)	mangelhaft
45G	mangelhaft	sehr gut	5) 7)	mangelhaft
49D	mangelhaft	sehr gut	5) 7)	mangelhaft
53Z	mangelhaft	sehr gut	5) 7)	mangelhaft
54V	mangelhaft	sehr gut	5) 7)	mangelhaft
56D	mangelhaft	sehr gut	5) 7)	mangelhaft
57K	mangelhaft	sehr gut	5) 7)	mangelhaft
Maybelline Jade Moisture Extreme, L' Oréal, 4,75 Euro				
115 (403), Pink Porcelain	ungenügend	sehr gut	6) 7) 8)	ungenügend
117 (417), Satin Sunrise	ungenügend	sehr gut	6) 7) 8)	ungenügend
128 (77), Silver Rose	ungenügend	sehr gut	5) 6) 7) 8)	ungenügend
132 (54), Metal Mauve	ungenügend	sehr gut	4) 5) 6) 7) 8)	ungenügend
156 (114), Anemone	ungenügend	sehr gut	5) 6) 7) 8)	ungenügend
165 (418), Rose Sunrise	ungenügend	sehr gut	5) 6) 7) 8)	ungenügend
240 (48), Silver Plum	ungenügend	sehr gut	6) 7) 8)	ungenügend
260 (408), Violet Silk	ungenügend	sehr gut	5) 6) 7) 8)	ungenügend
340 (402), Raspberry Sorbet	ungenügend	sehr gut	5) 6) 7) 8)	ungenügend
345 (421), Plum Sunrise	ungenügend	sehr gut	6) 7) 8)	ungenügend
425 (60), Fresh Apricot	ungenügend	sehr gut	4) 5) 6) 7) 8)	ungenügend
430 (83), Sweet Nectarine	ungenügend	sehr gut	5) 6) 7) 8)	ungenügend
455 (21), Flamingo	ungenügend	sehr gut	5) 6) 7) 8)	ungenügend
476 (70), Gingerbread	ungenügend	sehr gut	4) 5) 6) 7) 8)	ungenügend
480 (420), Coral Sunrise	ungenügend	sehr gut	6) 7) 8)	ungenügend
535 (49), Passion Red	ungenügend	sehr gut	6) 7) 8)	ungenügend
545 (13), Dark Rosewood	ungenügend	sehr gut	5) 6) 7) 8)	ungenügend
585 (73), Indian Red	ungenügend	sehr gut	6) 7) 8)	ungenügend
590 (92), Burgundy	ungenügend	sehr gut	6) 7) 8)	ungenügend
725 (160), Baby Brown	ungenügend	sehr gut	5) 6) 7) 8)	ungenügend
784 (32), Sugar Bronze	ungenügend	sehr gut	6) 7) 8)	ungenügend

TEST Lippenstifte Produkt/Farbe	Testergebnis Inhaltsstoffe	Testergebnis Weitere Mängel	Anmerkungen	Gesamturteil
787 (10), Golden Bronze	ungenügend	sehr gut	6) 7) 8)	ungenügend
794 (410), Chocolate	ungenügend	sehr gut	6) 7) 8)	ungenügend
Nivea Beauté Colour Passion, Beiersdorf, 9,45 Euro				
04, Terra	befriedigend	sehr gut	7) 13)	befriedigend
06, Sepia	befriedigend	sehr gut	7) 13)	befriedigend
07, Rosé	befriedigend	sehr gut	7) 13)	befriedigend
09, Merlot	befriedigend	sehr gut	7) 13)	befriedigend
14, Satinette	befriedigend	sehr gut	7) 13)	befriedigend
16, Peach	befriedigend	sehr gut	7) 13)	befriedigend
24, Scarlet	befriedigend	sehr gut	7) 13)	befriedigend
25, Cardinal	befriedigend	sehr gut	7) 13)	befriedigend
54, Metallic Rose	befriedigend	sehr gut	7) 13)	befriedigend
55, Rosewood	befriedigend	sehr gut	7) 13)	befriedigend
21, Smoothie	mangelhaft	sehr gut	5) 7) 13)	mangelhaft
23, Coral	mangelhaft	sehr gut	5) 7) 13)	mangelhaft
26, Red Power	mangelhaft	sehr gut	5) 7) 13)	mangelhaft
59, Orange Flash	mangelhaft	sehr gut	5) 7) 13)	mangelhaft
05, Caramel	ungenügend	sehr gut	3) 7) 13)	ungenügend
12, Red Grape	ungenügend	sehr gut	3) 7) 13)	ungenügend
13, Aubergine	ungenügend	sehr gut	3) 7) 13)	ungenügend
19, Hortensia	ungenügend	sehr gut	3) 5) 7) 13)	ungenügend
20, Pink	ungenügend	sehr gut	3) 7) 13)	ungenügend
22, Sunset Star	ungenügend	sehr gut	3) 7) 13)	ungenügend
32, Ruby	ungenügend	sehr gut	3) 7) 13)	ungenügend
P2 Absolute Color Lipstick, Dm, 1,95 Euro				
010, Mystic Mocha	ausreichend	sehr gut	7) 10) 11) 18)	ausreichend
050, Dangerous Tabasco	ausreichend	sehr gut	7) 10) 11) 18)	ausreichend
091, Delicate Tea	ausreichend	sehr gut	7) 10) 11) 18)	ausreichend
120, Super Shake	ausreichend	sehr gut	7) 10) 11) 18)	ausreichend
090, Burning Punch	mangelhaft	sehr gut	4) 7) 10) 11) 18)	mangelhaft
020, Stylish Champagne	ungenügend	sehr gut	4) 5) 7) 10) 11) 18)	ungenügend
068, Flirty Prosecco	ungenügend	sehr gut	5) 7) 10) 11) 18)	ungenügend
069, Summer Cocktail	ungenügend	sehr gut	4) 5) 7) 10) 11) 18)	ungenügend
070, Demanding Grenadine	ungenügend	sehr gut	4) 5) 7) 10) 11) 18)	ungenügend
092, Hot Campari	ungenügend	sehr gut	4) 5) 7) 10) 11) 18)	ungenügend
101, Vibrant Barolo	ungenügend	sehr gut	4) 5) 7) 10) 11) 18)	ungenügend
Rimmel Moisture Renew Lipstick, Rimmel, 7,99 Euro				
140, Tulip Pink	ungenügend	sehr gut	5) 6) 7) 10) 13)	ungenügend
160, Rose Passion	ungenügend	sehr gut	6) 7) 10) 13)	ungenügend
180, Vintage Pink	ungenügend	sehr gut	6) 7) 10) 13)	ungenügend
200, Latino	ungenügend	sehr gut	4) 6) 7) 10) 13)	ungenügend
250, Glamourous Pink	ungenügend	sehr gut	6) 7) 10) 13)	ungenügend
320, Funtime Fuchsia	ungenügend	sehr gut	5) 6) 7) 10) 13)	ungenügend
400, Berry Queen	ungenügend	sehr gut	6) 7) 10) 13)	ungenügend
600, Soft Coral	ungenügend	sehr gut	4) 6) 7) 10) 13)	ungenügend
700, Nude Delight	ungenügend	sehr gut	4) 6) 7) 10) 13)	ungenügend

TEST Lippenstifte Produkt/Farbe	Testergebnis Inhaltsstoffe	Testergebnis Weitere Mängel	Anmerkungen	Gesamturteil
750, Coffee Shimmer	ungenügend	sehr gut	4) 6) 7) 10) 13)	ungenügend
Rival de Loop Creamy Lipstick, Rossmann, 1,99 Euro				
02	befriedigend	sehr gut	7) 16)	befriedigend
07	befriedigend	sehr gut	7) 16)	befriedigend
08	befriedigend	sehr gut	7) 16)	befriedigend
10	befriedigend	sehr gut	7) 16)	befriedigend
14	befriedigend	sehr gut	7) 16)	befriedigend
15	befriedigend	sehr gut	7) 16)	befriedigend
17	befriedigend	sehr gut	7) 16)	befriedigend
18	befriedigend	sehr gut	7) 16)	befriedigend
19	befriedigend	sehr gut	7) 16)	befriedigend
21	befriedigend	sehr gut	7) 16)	befriedigend
22	befriedigend	sehr gut	7) 16)	befriedigend
23	befriedigend	sehr gut	7) 16)	befriedigend
24	befriedigend	sehr gut	7) 16)	befriedigend
25	befriedigend	sehr gut	7) 16)	befriedigend
27	befriedigend	sehr gut	7) 16)	befriedigend
28	befriedigend	sehr gut	7) 16)	befriedigend
29	befriedigend	sehr gut	7) 16)	befriedigend
34	befriedigend	sehr gut	7) 16)	befriedigend
36	befriedigend	sehr gut	7) 16)	befriedigend
37	befriedigend	sehr gut	7) 16)	befriedigend
38	befriedigend	sehr gut	7) 16)	befriedigend
46	befriedigend	sehr gut	7) 16)	befriedigend
47	befriedigend	sehr gut	7) 16)	befriedigend
51	befriedigend	sehr gut	7) 16)	befriedigend
52	befriedigend	sehr gut	7) 16)	befriedigend
55	befriedigend	sehr gut	7) 16)	befriedigend
Yves Rocher Couleurs Nature Creme Lippenstift, Yves Rocher, 14,90 Euro				
22, Petite Mauve	befriedigend	sehr gut	7) 11) 17)	befriedigend
33, Rouge Pavot	befriedigend	sehr gut	7) 11) 17)	befriedigend
62, Rose Damas	befriedigend	sehr gut	7) 11) 17)	befriedigend
53, Beige Sésame	befriedigend	sehr gut	7) 11) 17)	befriedigend
72, Rose Thé	befriedigend	sehr gut	7) 11) 17)	befriedigend
12, Rose Ispahan	ausreichend	sehr gut	4) 7) 11) 17)	ausreichend
52, Beige Gingembre	ausreichend	sehr gut	4) 7) 11) 17)	ausreichend
11, Rose Alba	mangelhaft	sehr gut	5) 7) 11) 17)	mangelhaft
23, Mauve Pensée	mangelhaft	sehr gut	5) 7) 11) 17)	mangelhaft
31, Rouge Grenadine	mangelhaft	sehr gut	5) 7) 11) 17)	mangelhaft
42, Orange Capucine	mangelhaft	sehr gut	5) 7) 11) 17)	mangelhaft
51, Beige Vanille	mangelhaft	sehr gut	5) 7) 11) 17)	mangelhaft
61, Rose Galica	mangelhaft	sehr gut	5) 7) 11) 17)	mangelhaft
71, Bois de Rose	mangelhaft	sehr gut	5) 7) 11) 17)	mangelhaft
13, Rose Fuchsia	ungenügend	sehr gut	4) 5) 7) 11)	ungenügend
41, Orangé Hibiscus	ungenügend	sehr gut	4) 5) 7) 11)	ungenügend

Kompakt

Spontan
Fast 40 Prozent der Einkäufe, die die Deutschen im Supermarkt tätigen, sind vorab nicht beabsichtigt, die Entscheidung erfolgt spontan. Das haben Untersuchungen der GfK Marktforschung ergeben. Nur ein Drittel der Befragten kaufte wirklich genau das ein, was vorher geplant war. Der Rest? Lässt sich vom Angebot in den Regalen inspirieren.

Schön alt
Vor 102 Jahren entwickelte der französische Chemiker Eugène Schueller ein Haarfärbemittel, das schnell zum absoluten Renner wurde. 1909 gründete er den heute weltumspannenden Konzern L'Oréal. In der Öffentlichkeit wurde Schueller wegen dunkler Affären mit der Politik bekannt. Wir hingegen haben eher mit den Inhaltsstoffen in den Produkten von L'Oréal öfter mal ein Problem. Trotzdem: Alles Gute zum 100.!

UV-Filter in Nanoform
Über den Einsatz von UV-Filtern in Nanoform in Kosmetika wird viel diskutiert. Bislang geht man davon aus, dass etwa nanogroße Titandioxidpartikel nicht durch gesunde Haut dringen können. Nun wird sich das Beratungskomitee der EU-Kommission des Themas annehmen, und die Datenlage prüfen, um festzustellen, ob der Einsatz von Titandioxid in Nanoform tatsächlich sicher ist.

Verband findet verbotene Duftkomponente
Der Verband der Duftstoffhersteller (IFRA) prüft einmal im Jahr 50 Produkte am Markt daraufhin, ob sie dem Verbandskodex entsprechen, der besonders problematische Duftstoffe reglementiert. In der aktuellen Prüfung wurde in einem Produkt eine kürzlich verbotene Duftkomponente gefunden. Leider können sich Verbraucher nicht vor diesem Produkt schützen, denn der Verband teilte bislang nicht mit, um welches es sich konkret handelt.

Size Germany | Die Deutschen legen zu

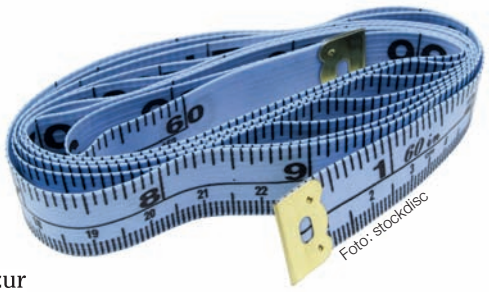


Foto: stockdisc

Wir hatten es geahnt: Die Deutschen werden immer größer und dicker. Für die Reihenmessung „Size Germany" wurden 13.362 Frauen, Männern und Kinder im Alter von sechs bis 87 Jahren vermessen – finanziert wurde das Mammutprojekt von über 100 Auftraggebern aus der Bekleidungs- und Automobilindustrie. Im Vergleich zur letzten Maß-Nahme 1994 sind die Frauen einen Zentimeter größer, in der Taille haben sie um 4,1 Zentimeter zugenommen. Die Männer haben seit der letzten Vermessung 1980 3,2 Zentimeter an Höhe zugelegt und 4,4 Zentimeter in der Taille. Ob die Ergebnisse dazu beitragen, dass wir künftig besser in die Klamotten passen?

Buchtipp | Sonnenbrillentragen leicht gemacht

Sonnenbrillen sorgen nicht für Durchblick bei Sonnenschein, sondern vor allem für coole Auftritte. Karin Hartewig erklärt in ihrer Kulturgeschichte, woher die Sonnenbrille kommt, welche Promis und Diktatoren nicht ohne sie leben konnten und vor allem: wann sie erlaubt ist und wann nicht.

Karin Hartewig,
Der verhüllte Blick,
Jonas Verlag,
15 Euro.

Wussten Sie schon ... |

dass die Vereinten Nationen das Jahr 2009 zum Jahr der Naturfasern ernannt haben? Unter dem Motto „Wild und wollig" soll nicht nur auf die vielen Qualitäten von Naturfasern wie Baumwolle, Abaca oder Sisal hingewiesen werden, sondern auch auf ihre wirtschaftliche Bedeutung für Millionen von kleinen Bauern in Afrika oder Asien. Auf der ganzen Welt finden Infoveranstaltungen und Workshops statt. Für jeden zu Hause gibt es unter www.naturalfibres2009.org Infos zu den einzelnen Fasern, von der Produktion über die Bedeutung für die einzelnen Herkunftsländer bis hin zu Problemen wie etwa den hohen Pestizideinsatz bei der Baumwollproduktion – und ab und an auch beispielhafte Projekte.

Was ist eigentlich ... | die Boyfriend-Jeans?

Foto: digital vision

(kim) Männerschnitte sind angeblich der neue Trend für Frauen. Schnell in die weit geschnittene Jeans schlüpfen und so aussehen, als hätte man sie dem Liebsten geklaut – in Kombination mit schicken Schuhen und Oberteilen kann das stilvoll und lässig zugleich wirken. Elke Giese, Ressortleiterin beim Deutschen Mode-Institut, ist allerdings der Meinung, dass dieser Stil eher typabhängig ist und nicht unbedingt schmeichelhaft sein muss: „Der ausgestrahlte Sexappeal durch figurbetonte Hosen spielt immer noch eine wichtige Rolle." Frau will eben gefallen. Aber manchmal mag sie es eben auch bequem. Martina Becker vom Verband Deutscher Mode und Textil Designer spricht der Boyfriend-Jeans so auch das Potenzial zu, die Röhre früher oder später abzulösen.

Jahrbuch Kosmetik 2009

Die TESTs: Aknemittel, Alles Kaschmir?, Apothekenkosmetik, Augen-Make-up-Entferner, Augencremes, Biotin, Cellulitemittel, Crocs & Co, Deos, Duschcremes, Duschöle, Epilierer, Modelabels, Farbglanzshampoos, Fußbalsam, Gesichtscremes, Gesichtsmasken, Haarspülungen, Haartrockner, Handcremes, hautstraffende Körperlotionen, Jeans, Kontaktlinsenpflege, Körperpeelings, Lipgloss, Lidschatten, Lippenstifte, Luxusseifen, Make-up, Männercremes, Mundwässer, Pflanzenhaarfarben, Pflegeserien junge Haut, Reinigungsmilch, Schuppenshampoos, schwarze Socken, Selbstbräuner, Shampoo für feines Haar, Slipeinlagen, Sonnenschutz, Tampons, Toilettenpapier, Zahnbürsten, Zahnpasta

Best.-Nr. J0812 **8,90 €**

Teuer ist nicht gleich gut: Mit unseren Tests können Sie viel Geld sparen

Spezial Wellness
Die Themen: Stressmanagement, Auszeit im Kloster, Medical Wellness u.v.m.

Best.-Nr. T0907 **5,00 €**

Kompass E-Nummern
Die Themen: Gen-Technik, Nanotechnologie, Zusatzstoffe u.v.m.

Best.-Nr. F0905 **5,00 €**

Ratgeber Kosmetik & Wellness
Die TESTs: Shampoos, Haarfarben, Körperbutter, Parfüm, Badezusätze u.v.m.

Best.-Nr. N0904 **7,50 €**

Bestellen Sie im Internet: http://shop.oekotest.de, per Telefon: 069/ 365 06 26 26 oder per Fax: 069/ 365 06 26 27

Desertec

Sonnige Zeiten …

… sollen in Europa durch Solarstrom aus Afrikas Wüsten anbrechen.
Doch die Einzigen, die sicher davon profitieren werden, sind die Energiekonzerne.

Das Vorhaben klingt nach Visionen, Wagemut, Mammutaufgabe. Die Herausforderungen werden schon mit denen der Mondlandung vor 40 Jahren verglichen. Im Rahmen der EU könnte Desertec das Mann-auf-dem-Mond-Projekt in der zweiten Amtszeit des EU-Kommissionspräsidenten Barroso werden, so Friedbert Pflüger, Mitglied des CDU-Bundesvorstandes zum Spiegel.

Ein Jahrhundertprojekt, das helfen soll, ein Jahrtausendproblem zu lösen: den Energiehunger Europas und den wachsenden Energiebedarf Afrikas zu stillen. Umweltfreundlich, ohne durch zusätzlichen CO_2-Ausstoss das Weltklima weiter anzuheizen. „Desertec ist aus unserer Sicht ein visionäres und sehr spannendes Projekt. Eine Fläche von 300 mal 300 Kilometer mit Parabolspiegeln in der Sahara würde ausreichen, um den gesamten Energiebedarf der Erde zu decken“, so ein Siemens-Sprecher.

Konkret soll es zwar immer noch riesig, aber doch ein paar Nummern kleiner zugehen. 15 Prozent des europäischen und „ein erheblicher Anteil“ des Strombedarfs der Erzeugerländer sollen durch Solarkraftwerke in der Sahara und auf der arabischen Halbinsel gedeckt werden. Im Jahr 2050. Wenn alles klappt wie geplant bzw. wie Pressemitteilungen und Interviews der verantwortlichen Manager zu entnehmen ist.

Denn geplant ist noch nichts. Und da auch ganz Großes irgendwann mal klein anfängt, wollen zwölf Unternehmen – Banken, Stromkonzerne, Versicherungen, Solarunternehmen – bis zum 31. Oktober diesen Jahres erst einmal eine Planungsgesellschaft gründen. Die soll innerhalb von drei Jahren „umsetzfähige Investitionspläne“ erstellen. Mit bescheidenen 1,8 Mio. Euro Jahresetat.

Zu den Befürwortern des Projekts zählen nicht nur die beteiligten Unternehmen. Die Koalition ist bunter als ein Grünen-Parteitag Anfang der 1980er-Jahre: Lob kommt von Greenpeace ebenso wie vom Club of Rome. Angela Merkel ist erfreut, dass sich deutsche Unternehmen an der Initiative beteiligen. EU-Kommissionspräsident Barroso glaubt sogar, das Projekt helfe, die „Vision einer kohlendioxidarmen europäischen Gesellschaft zu realisieren“.

Quelle: Desertec

Vision, Gigantomanie oder kühles Kalkül? Desertec will in Afrika Solarstrom erzeugen und über ein riesiges Hochspannungs-Gleichstrom-Übertragungsnetz nach Europa liefern. Gut wäre das auf jeden Fall für die Energiekonzerne, die weiter an den Stromschaltern sitzen würden.

Zu den entschiedensten Kritikern gehört der SPD-Politiker und Vorsitzende des Weltrates für erneuerbare Energien, Hermann Scheer (siehe Interview). Das heißt jedoch nicht, dass die (partei)politische Meinungs- und Lagerbildung abgeschlossen ist. Leise Bedenken meldet auch der ehemalige Bundesumweltminister Klaus Töpfer (CDU) in einem Interview mit der *Frankfurter Rundschau* an. Lars Josefsson, Chef des schwedischen Energiekonzerns Vattenfall, hält das Projekt sogar für unrealistisch. Solarpabst Scheer und der Atomhardliner und Krümmel-Betreiber in einem Boot. Desertec macht's möglich.

Dazu gesellt sich Frank Asbeck. Der Chef des Solarzellenkonzerns Solarworld gehört zu den Kritikern, weil er um sein Photovoltaikgeschäft fürchtet – zumindest wird dieser Verdacht gestreut. Und Franz Alt. Der Publizist engagiert sich seit vielen Jahren für Solarenergie und befindet kurz und knapp: „Ich bin sehr dafür, dass Afrika Solarstrom nutzt. Aber doch bitte für Tunis, Kairo, Alexandria, für die dortigen Millionenstädte und dortigen Dörfer."

Solche Kritik veranlasste die *Westdeutsche Allgemeine Zeitung* WAZ, genüsslich zu titeln: „Ökobranche bekämpft Ökostrom". Das wiederum brachte *Photon – das Solarstrom-Magazin* auf die, dank Klimawandel inzwischen auch in unseren Breiten wachsende, Palme: „Liebe Freunde und Befürworter der Solarenergie. Seid Ihr denn von allen guten Geistern verlassen? Desertec heißt Solarstrom, Solarstrom ist gut", so das Blatt kategorisch.

Dass es ganz so einfach nicht ist und noch Unsicherheit über die Einschätzung des Projekts herrscht, zeigen Berichte aus der *Süddeutschen Zeitung*. Am 13. Juli kommentiert sie im Wirtschaftteil: „Heiße Idee. Das Wüstenstrom-Projekt ist schwierig, aber notwendig." Einen Tag später warnt sie im Feuilleton unter der Überschrift „Weiße Elefanten für den Sonnenkönig" vor dem „unbeirrten Glauben an die Macht der Technik".

Argumente für Desertec

Sonne im Überfluss: In Deutschland scheint die Sonne bestenfalls 1.600 Stunden im Jahr. In den Wüstengebieten Afrikas dagegen mehr als 3.000. Zudem ist die Strahlung dreifach stärker. In nur sechs Stunden kann theoretisch in den Wüsten der Welt mehr Energie erzeugt werden, als die Menschheit im ganzen Jahr verbraucht.

Versorgungssicherheit: Auch wenn die Sonne nicht scheint, wird Strom gebraucht. Was also tun, wenn es Nacht wird in Afrika? Kein Problem, sagen die Befürworter von Desertec. Sonnenenergie kann problemlos zum Beispiel in verflüssigtem Salz gespeichert und bei Bedarf in Strom umgewandelt werden.

Günstiger Strom: Über die Preise für den Solarstrom aus Afrika gibt es ganz unterschiedliche Angaben. Das Deutsche Zentrum für Luft- und Raumfahrt geht von gut sechs Cent pro Kilowattstunde im Jahr 2020 und fünf im Jahr 2050 aus. Dagegen schätzt Hermann Scheer den Preis 2020 auf 20 Cent pro Kilowattstunde. Greenpeace gibt die Preise mit derzeit 15 Cent an Orten mit hoher Sonneneinstrahlung und 23 Cent an weniger sonnenverwöhnten Standorten an. Mit zunehmender Größe der Anlagen, höheren Fertigungskapazitäten für die Komponenten, einer wachsenden Anzahl entsprechender Lieferanten sowie Verbesserungen durch weitere Forschung und Entwicklung sollen die Kosten auf acht Cent sinken. „Damit werden solarthermische Kraftwerke bereits in fünf bis zehn Jahren konkurrenzfähig zu Mittellastkraftwerken (zum Beispiel Kohle) sein."

Weniger CO_2: Solarthermische Kraftwerke spielen für Greenpeace eine zentrale Rolle zur Verminderung der CO_2-Emmissionen. Einer Studie der Umweltorganisation zufolge kann „ein Viertel des weltweiten Strombedarfs zukünftig in solarthermischen Kraftwerken umweltfreundlich, preiswert und zuverlässig erzeugt werden". Solarthermische Kraftwerke könnten damit dreimal mehr Strom produzieren als alle Atomkraftwerke der Welt. Bis 2050 könnten dadurch 4,7 Milliarden Tonnen CO_2, sechsmal mehr als der derzeitige CO_2-Ausstoss Deutschlands, vermieden werden.

Chancen für Afrika: Eine Investition von 400 Milliarden Euro, viel davon in politisch relativ stabilen Ländern wie

Interview

Sahara-Strom ist eine Fata Morgana

Foto: Thilo Rückeis

Hermann Scheer ist SPD-Bundestagsabgeordneter, Präsident von Eurosolar und Vorsitzender des Weltrats für Erneuerbare Energien.

ÖKO-TEST: Das Projekt Desertec soll Europa, den Nahen Osten und Nordafrika bis 2050 mit günstigem, umweltfreundlichem Strom aus der Sahara versorgen. Was halten Sie davon?

Scheer: Nichts. Die, die jahrelang das Erneuerbare-Energien-Gesetz bekämpft haben, machen sich jetzt plötzlich stark für die Gewinnung erneuerbarer Energien. Die Großkonzerne wollen sich mit diesem Schritt ihr Monopol sichern. Sie wollen verhindern, dass in den kommenden Jahren immer mehr kleine Stromversorger entstehen. Dass in weiter Ferne die Perspektive Desertec aufgezeigt werden kann, ist für sie ein gutes Argument, in der Gegenwart weiterhin auf Kernkraft und Kohle zu setzen.

ÖKO-TEST: Immer wieder wird behauptet, dass das Potenzial an erneuerbaren Energien hierzulande nicht ausreicht, außerdem sei es ein Problem, Strom zu speichern.

Scheer: Wir reden hier von Energiequellen, die man überall hat. Mit den neuen Stromspeichertechniken, die für die Informationstechnologie und für die Elektroantriebe entwickelt und produziert werden, wird sich das Speicherproblem von Solar- und Windstrom effizient und kostengünstig von selbst klären.

ÖKO-TEST: Und die Kosten? Ist zentral gewonnener Strom nicht günstiger als die Energie vieler kleiner Anbieter und Selbstversorger?

Scheer: Es ist ja nicht nur das Kraftwerk, das Geld schluckt, sondern auch die Übertragung und Verbreitung des Stroms. Findet die Energiegewinnung dezentral statt, also vor Ort, spart man sich einen Großteil der Kosten. In Deutschland ist der Anteil erneuerbarer Energien seit 2000 von vier auf 19 Prozent gestiegen. Der Investitionsaufwand hierfür betrug 80 Milliarden Euro. Mit den 400 Milliarden Euro, die die Investoren für das Desertec-Projekt veranschlagen, kann man in wesentlich kürzerer Zeit als die Desertec-Planungen vorsehen mehr als 15 Prozent des Stromverbrauchs in Europa abdecken. Und was den Strompreis angeht: Bis 2013 wird man mit Photovoltaiktechnik einen Strompreis von 20 Cent pro Kilowattstunde erreicht haben – bis dahin sind noch nicht mal die Leitungen für den Desertec-Strom gelegt.

Foto: Solar Millenium AG

So funktioniert ein Solarkraftwerk: Parabolspiegel bündeln das Sonnenlicht und erhitzen ein wärmeleitendes Öl in Rohren im Zentrum der Spiegel. Die so erzeugte Wärme wird in einem Dampferzeuger in Wasserdampf umgewandelt, der über eine Turbine einen Generator antreibt und Strom erzeugt.

Marokko oder Tunesien, eröffnet ungeahnte wirtschaftliche Perspektiven, so die Befürworter. „Eine Chance für Afrika“, so Siemens-Chef Peter Löscher im *Spiegel*.

Arbeitsplätze in Deutschland: Auch hierzulande soll Desertec für enormen wirtschaftlichen Schwung sorgen. Das Wuppertal-Institut rechnet bis 2050 im günstigsten Falle mit zwei Billionen Euro Umsatz für die am Projekt beteiligten Firmen – weil Desertec als Initialzündung weitere Aufträge nach sich zieht. Zudem könnten allein in Deutschland rund 240.000 neue Arbeitsplätze entstehen.

Förderung erneuerbarer Energien: Zwei der am meisten um die Ecke gedachten Argumente kommen vom Solarmagazin *Photon*. „Die beteiligten Unternehmen haben bereits das Problem der Finanzierung angesprochen und Abnahmegarantien zu einem bestimmten Preis ins Spiel gebracht. Nach genau diesem Prinzip funktioniert das Erneuerbare-Energien-Gesetz (EEG), nur waren Preisgarantien bislang verpönt. Jetzt werden sie von den Energiekonzernen gefordert, die das EEG immer bekämpft haben“, heißt es in der Juliausgabe zur Begründung, warum Desertec den erneuerbaren Energien in Deutschland einen kräftigen Schub versetzen könnte. Außerdem stelle sich die Frage, warum noch neue Atom- oder Kohlekraftwerke gebaut werden sollten, wenn selbst die deutsche Großindustrie offensichtlich der Auffassung sei, dass sich mit Solarkraftwerken die Energieversorgung sichern lasse.

In diesem Zusammenhang habe Angela Merkel bereits davor gewarnt, der Wüstenstrom dürfe nicht als Entschuldigung dienen, in Deutschland keine Braunkohlekraftwerke mehr zu bauen. Doch „genau das wird sie, wenn wir es geschickt anstellen“, meinen die *Photon*-Macher.

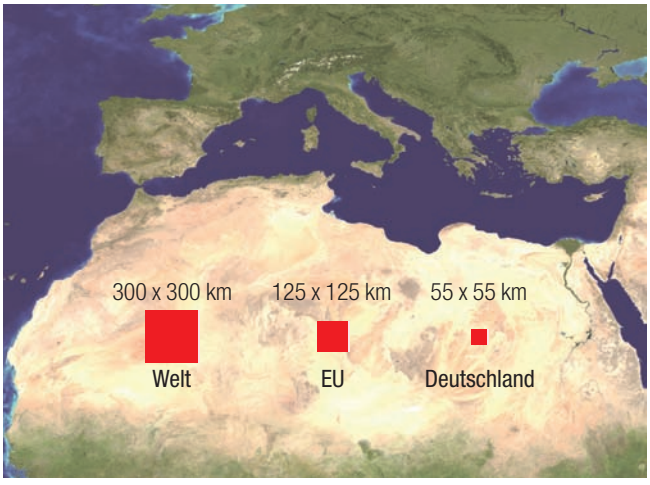
Was gegen Desertec spricht

Sonne im Überfluss: Auch in Deutschland – und in jedem anderen Land – liefert die Sonne an einem Tag mehr Energie, als im Jahr an Strom verbraucht wird. Es geht nur darum, die Sonnenenergie intelligent zu nutzen und zu speichern. Schon bis 2020, bevor der erste Strom aus Desertec fließt, kann der Anteil der erneuerbaren Energien an der Stromversorgung in Deutschland auf über 60 Prozent steigen, hat Hermann Scheer bereits vor zwei Jahren vorgerechnet. Außerdem ist ihr Anteil seit 2000 bereits von vier auf 19 Prozent gestiegen. Das sind 15 Prozent und damit genauso viel, wie Desertec im Jahr 2050 beisteuern soll. Die Investitionen dafür hätten jedoch nur bei 80 Milliarden Euro gelegen, also bei einem Fünftel des Wüstenstromprojekts, so Scheer.

Alles beim Alten I: Wie der Teufel das Weihwasser fürchten die großen Energiekonzerne dezentrale Energieerzeugung zum Beispiel durch Photovoltaikanlagen auf den Hausdächern, Windparks und Biogas-Anlagen. Denn nichts gefährdet ihre Position nachhaltiger. Daher haben sie nichts unversucht gelassen, das Erneuerbare-Energien-Gesetz zu unterlaufen und zu torpedieren, das die dezentralen Energien subventioniert. Für den Kampf um den Machterhalt ist Desertec ein Geschenk der Sonne und zugleich eine eiskalt kalkulierte Perversion. Das Projekt verwandelt die dezentrale Energiequelle Sonne in eine zentrale, von den Konzernen beherrschte und kontrollierte Stromerzeugung.

Gleichzeitig können sie sich als grüne Unternehmen präsentieren. Das war mit den anderen Versuchen, die Kontrolle zu behalten, nicht (mehr) möglich.

Geballte Sonnenkraft



Auf nur 55 mal 55 Kilometer Fläche könnte in der Sahara der gesamte in Deutschland benötigte Strom erzeugt werden. Solche Darstellungen sollen Stimmung für Desertec machen. Doch auch in Deutschland liefert die Sonne an einem Tag mehr Energie, als im gesamten Jahr an Strom verbraucht wird.

Quelle: Desertec/Foto: NASA/Visible Earth

Grafik: ÖKO-TEST

Die Atomkraft taugt dafür schon lange nicht mehr, auch wenn einige Unbelehrbare immer mal wieder von neuen AKWs faseln. Für gigantomanische Staudämme ist hierzulande ohnehin kein Platz – und Kritik an solchen Projekten gibt es inzwischen weltweit. Die Kernfusion, die lange Zeit ein Hoffnungsträger der Energiekonzerne war, ist glücklicherweise am Ende, bevor mit ihr richtig begonnen wurde.

Alles beim Alten II: Das Wüstenstromspektakel hat einen weiteren unschätzbaren Vorteil: Es liegt in ferner, aber nicht zu ferner Zukunft. So können die Oettingers und die Kochs dieser Republik in lauter Einmütigkeit mit den Konzernlenkern dafür plädieren, die Laufzeiten der bestehenden Atomkraftwerke zu verlängern – als hochprofitable „Übergangslösung". Zu dem bis zur Energiewende nötigen Energiemix zählen – da liefert Desertec, anders als Angela Merkel befürchtet, die besten Argumente – auch neue Kohlekraftwerke. Mit den bekannten Folgen für das Klima .

Günstiger Strom: Auch hierzulande lässt sich kostengünstig Sonnenstrom erzeugen. Sein Preis ist in den vergangenen Jahren ständig und stark gefallen. Schon in ein paar Jahren wird der Photovoltaikstrom vom eigenen Hausdach günstiger sein als Strom aus der Steckdose.

Arbeitsplätze in Deutschland: Sonnenstrom vom Hausdach, Windräder und Bio-Gas-Anlagen vor Ort schaffen viel mehr Arbeitsplätze in Deutschland als Desertec. Nach einer Studie des Bundesumweltministeriums könnten bis 2020 250.000 neue Arbeitplätze entstehen. Über 500.000 Menschen würden dann in diesem Sektor ihr Geld verdienen. 2030 könnten es bereits 800.000 sein.

Zu spät, zu wenig: Die Sonnenstromlieferungen sollen 2020 beginnen. Zwei Prozent des europäischen Strombedarfs sollen dann aus Afrika stammen. 2030, in über 20 Jahren, sollen es gerade mal fünf Prozent sein. Das ist viel zu wenig und kommt viel zu spät für den Kampf gegen den Klimawandel. Zum Ziel der EU, den Ausstoß von Treibhausgasen bis 2020 um 20 Prozent gegenüber 1990 zu senken, kann Desertec überhaupt nichts beitragen.

Neue Abhängigkeit: Nicht erst seit Wladimir Putin den Gashahn nach Belieben auf und zudreht, ist bekannt, wie gefährlich die Abhängigkeit von einem oder wenigen Energielieferanten ist. Schon 1973 stürzte die Welt in die Ölkrise, weil die OPEC die Ölförderung um gerade einmal fünf Prozent drosselte. Mit Desertec entsteht eine neue Abhängigkeit von Staaten, über deren politische Verfassung im Jahr 2050 man nur spekulieren kann. Heute allerdings sind die meisten der beteiligten Staaten politisch eher instabil.

Neokolonialismus: Derzeit sei es noch eine „eurozentristische Idee", kritisierte Dieter Uh das Wüstenstromprojekt in einem Interview mit dem *Deutschlandradio*. Der Mann weiß, wovon er redet, er ist Projektleiter der Gesellschaft für technische Zusammenarbeit (GTZ) in Marokko. Dass der meiste Strom zunächst für die afrikanischen Staaten sein soll, bestärkt Uh nur in seiner Einschätzung: „Das lässt völlig außer Acht, dass Strom aus einem Solarkraftwerk schlicht und ergreifend für diese Länder zu teuer" ist. Auch Misereor meldet Bedenken an. Zur Vermeidung von Konflikten bei der Landnutzung solle man kleinere, dezentrale Anlagen bauen. Denn die Wüsten sähen zwar ungenutzt aus. Aber die Rechte zum Beispiel von Nomaden müssten berücksichtigt werden, selbst wenn die keine „Landrechtsurkunden" hätten. Für Franz Alt ist das Projekt schlicht „Neokolonialismus". „Mir fällt auf, dass bei den Verantwortlichen für das Projekt nur ein Afrikaner dabei ist – und 13 Europäer. Das ist typisch. In Afrika wollen wir das Ding errichten. Wir haben die Afrikaner gar nicht gefragt", so Alt im *Domradio*.

Das Fazit

Kurz: Wir brauchen keine Energieversorgung über Afrika. Das ist altes, überholtes, antiquiertes Denken und wird wahnsinnig teuer (Franz Alt).

Etwas länger: Ziel der Energiekonzerne war und ist, die Energiewende um weitere 30 bis 40 Jahre hinauszuzögern und dann die Beschaffung erneuerbarer Energien so zu organisieren, dass das Geschäft größtenteils in ihren Händen liegt (Eurosolar).

Ganz kurz: Damit ist alles gesagt.

Jürgen Stellpflug

Wer steckt hinter Desertec?

ABB: Hat nach eigenen Aussagen die Hochspannungs-Gleichstromübertragung entwickelt. Durch die gehen je 1.000 Kilometer Transport nur etwa drei Prozent Strom verloren. Bei dem üblichen Wechselstromtransport wären die Verluste um ein Vielfaches höher, Desertec wäre damit schon wegen der Stromverluste unwirtschaftlich.

Abengoa Solar: Die spanische Firma baut in Marokko und Algerien bereits Solarkraftwerke.

Cevital: Ist die größte algerische Privatfirma. Auf der Homepage von Cevital finden sich nur Bilder von Lebensmitteln. Ist aber auch im Bergbau, in der Glaserzeugung und vielen anderen Bereichen aktiv. Findet: „Es ist an der Zeit, dass jeder sich einbringt beim Thema Klimaschutz."

Deutsche Bank: Will an der Finanzierung verdienen. Allerdings wird schon der Ruf nach dem Steuerzahler laut. Er soll Desertec zumindest in der Anfangszeit subventionieren.

Eon: Ist angeblich davon überzeugt, dass der Solartechnik langfristig die Zukunft gehört. Und will als einer der größten deutschen Energiekonzerne selbstverständlich langfristig im Geschäft bleiben.

HSH Nordbank: Sieht sich als führend im Bereich Finanzierung von erneuerbaren Energieprojekten. Hat sich allerdings bös verspekuliert – und existiert vielleicht schon nicht mehr, wenn der erste Sonnenstrom fließt.

MAN Solar Millennium: Die Firma verfügt als Projektentwickler und Technologiegeber über eine schon kommerziell genutzte Technologie sowie langjährige Erfahrung in der Entwicklung von solarthermischen Kraftwerken. Will, wie ein paar andere Firmen aus dem Konsortium, führender Anbieter werden.

Münchner Rück: Sieht sich als Vorreiter im Kampf gegen den Klimawandel. Denn die Versicherung muss für die steigenden Schäden durch Naturkatastrophen zahlen.

M + W Zander: Firmenchef Jürgen Wild sagte auf der Pressekonferenz zur Vorstellung von Desertec: „Als international führender Anlagenbauer im Bereich Photovoltaik und Solartechnik …"

RWE: Der grüne Politiker Hans-Josef Fell fürchtet, dass sich Energiekonzerne wie RWE möglicherweise nur an Desertec beteiligen, um das Projekt zu verzögern und so bessere Argumente für die Verlängerung der Restlaufzeiten für ihre Atomkraftwerke zu bekommen. Mag sein. Aber RWE wird sich mit Sicherheit auch die Profite aus dem Wüstenstromprojekt nicht entgehen lassen wollen.

Schott Solar: Sieht sich als führenden Anlagenbauer im Bereich Photovoltaik und Solartechnik.

Siemens: Ist stark mit Windrädern im Geschäft und will führender Anbieter von Solarkraftwerken werden.

Foto: irisblende.de

TEST Geldanlage

Sicher durch die Krise

Im globalen Finanzsystem knirscht es gewaltig. Zwei Jahre nach Ausbruch der Finanzkrise ist die Zukunft für Wirtschaft und Börse immer noch ungewiss. Immer mehr Sparer fragen sich, wo das Geld noch sicher ist. ÖKO-TEST gibt Orientierungshilfe für die richtige Anlagestrategie.

Die weltweite Finanzkrise hinterlässt ihre Spuren: Erstmals seit 1960 ist das Geldvermögen der Deutschen im vergangenen Jahr drastisch geschrumpft. Vor allem das Aktienvermögen ging extrem kräftig zurück. Hier büßten die privaten Haushalte in Deutschland nach Angaben der Deutschen Bundesbank rund 260 Milliarden Euro ein – was nur durch zusätzliche Ersparnisbildung halbwegs ausgeglichen werden konnte. Dennoch ist die Bilanz bitter: Unterm Strich lösten sich 140 Milliarden Euro deutsches Privatvermögen in Luft auf.

Weltweit sieht die Situation jedoch noch viel dramatischer aus. Atemberaubende vier Billionen Dollar, so schätzt der Internationale Währungsfonds, müssen Banken und andere Finanzdienstleister bis 2010 auf Kredite und Kreditprodukte abschreiben. Auf mehr als 200 Milliarden Euro schätzt die Europäische Zentralbank die Verluste, die allein die 20 größten Banken Europas in den kommenden eineinhalb Jahren noch einfahren werden.

Rund um den Globus versuchen die Regierungen daher, die Extremsituation mit finanziellen Hilfspakten in Billionenhöhe in den Griff zu bekommen. Allein die Bundesregierung stellt zur Stabilisierung der deutschen Banken bislang rund eine halbe Billion Euro zur Verfügung. Doch niemand kann sagen, ob das wirklich reicht. Denn die Probleme sind noch lange nicht ausgestanden.

Zwar haben Banken, wie Goldman Sachs, JP Morgan, Bank of America und Citigroup im 2. Quartal 2009 schon wieder Milliardengewinne erwirtschaftet. Deutsche-Bank-Chef Josef Ackermann strebt sogar schon wieder 25 Prozent Eigenkapitalrendite an.

Doch hinter der frisch aufpolierten Fassade der Bankhäuser sieht es alles andere als großartig aus. Dabei sind es nicht länger die berühmten Schrottpapiere auf Basis gewagter

Hypotheken, deren Verluste auf die Bilanzen drücken. Den „Giftmüll der internationalen Finanzmärkte", der auf Bad Banks ausgelagert werden soll, haben Europas Banken bereits zu umgerechnet 454 Milliarden Dollar abgeschrieben. Die neuen Probleme lauern im traditionellen Kreditgeschäft. Die schwerste Wirtschaftskrise der Nachkriegszeit lässt nicht nur die Arbeitslosigkeit in Deutschland anschwellen, sie führt auch zu einer wachsenden Zahl von Unternehmenspleiten. Bislang haben weltweit 145 Großunternehmen Insolvenz angemeldet – vier Mal so viel wie im vergangenen Jahr. Auch in Deutschland könnte die Kreditausfallrate von drei auf über zehn Prozent hochschnellen.

Folge: Den Banken drohen nun horrende Verluste im Kreditgeschäft mit Privat- und Firmenkunden. Der Internationale Währungsfonds rechnet mit weiteren Ausfällen von 450 Milliarden Dollar bis Ende 2010 – und auch diese Zahl könnte – wie alle Prognosen in den letzten zwei Jahren- noch deutlich zu niedrig gegriffen sein. Diese zweite Krisenwelle könnte besonders gefährlich werden, weil viele Institute noch mit den Spätfolgen der ersten zu kämpfen haben. Mehr noch: Die Banken brauchen dringend Geld. Und das versuchen sie derzeit genau dort zu holen, wo die Krise angefangen hat: im Investmentbanking. Besonders perfide: Die gleichen Institute, die das gobale Desaster durch Zockerei mit riskanten Wertpapierportfolien auslösten, dienen sich jetzt als Experten zur Bekämpfung der Krise an.

US-amerikanische Federated Invested und die britische Cairn Capital wollen zum Beispiel der Bayerischen Landesbank helfen, aus ihrem Not leidenden Verbriefungsportfolio mit ABS-Papieren das Beste herauszuholen.Investmenthäuser wie Goldman Sachs, Credit Suisse, aber auch die Deutsche Bank verdienen mit, wenn Finanzminister Staatsanleihen auflegen, um Konjunkturprogramme zu finanzieren.

Sie drehen den Unternehmen aber auch den Kredithahn ab und zwingen sie auf diese Weise, Anleihen zu emittieren. Seit Ende 2008 wurden bereits europäische Unternehmensanleihen im Wert von über 208 Milliarden Euro auf den Markt gebracht – darunter viele Titel von Unternehmen, die Ratingagenturen als stark ausfallgefährdet einstufen. Mehr noch: Selbst riskante Unternehmensanleihen werden privaten Anlegern bereits wieder als besser verzinste Alternative zu Staatsanleihen und sicheren Zinspapieren empfohlen – als hätte es die Krise nie gegeben.

Die Zentrale zur Bekämpfung des unlauteren Wettbewerbs e.V. beobachtet bereits seit einem Dreivierteljahr einen verschärften Kampf um Privatkunden.

Unsere Empfehlungen

✓ Bleiben Sie flexibel! In unsicheren Zeiten wie diesen sollten sich Anleger nie durch lang laufende Verträge binden. So können Sie schnell reagieren, sobald Prognosen verlässlicher werden oder sich unerwartet Chancen bieten.

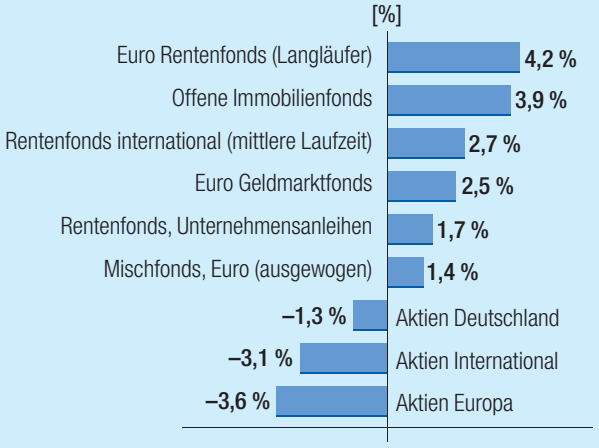
✓ Sicherheit geht vor Rendite. Deshalb nur Banken und Anleiheschuldnern mit höchster Bonität und umfassender Einlagensicherung anvertrauen.

✓ Misstrauen Sie Bank- und Finanzberatern, besonders wenn sie Produkte empfehlen, die Sie nicht ganz genau verstehen.

✓ Achten Sie auf Anlagekosten, minimieren Sie die Risiken. Kostengünstige ETFs bringen oft mehr Ertrag als aktiv gemanagte Fonds

Info | Anleihen schlagen Aktien

Die Wertentwicklung von Investmentfonds mit unterschiedlichen Anlageschwerpunkten in den vergangenen zehn Jahren



Banken preisen Aktien gern als rentablere Geldanlage. Wer 1999 an den Börsen einstieg, hat mit Aktien bislang aber nur Geld verloren. Zinspapiere und offene Immobilienfonds brachten zwar auch keine dicken Gewinne. Doch immerhin lag die Rendite Jahr für Jahr bis zu 4,3 Prozent im Plus.

Quelle: BVI-Wertentwicklung von Einmalanlagen, Stand 30.06.2009 Grafik: ÖKO-TEST

Nach wie vor locken Banken Sparer und Anleger jedoch mit unlauteren Mitteln. „Mit vollmundigen Slogans wie „100%ige Sicherheit" oder „ohne Risiko" für Finanzanlagen wird direkt am Nerv der verunsicherten Kunden angesetzt, obwohl die Praxis zeigt, dass im derzeitigen Finanzsystem niemand absolute Sicherheit versprechen kann," kritisierte Reiner Münker, geschäftsführendes Präsidiumsmitglied, bei Vorlage des Jahresberichts Mitte Mai.

Solche Praktiken streuen Salz in offene Wunden verunsicherter Sparer. Immer öfter fragen sie, wie sich ihr Vermögen wenigstens vor künftigen Verlusten schützen lässt.

ÖKO-TEST hat deshalb alle klassischen Anlagen unter die Lupe genommen und am Beispiel der jeweils fünf größten Fonds von neun verschiedenen Fondsgruppen getestet, welche Anlagen sich bislang als krisenresistent erwiesen haben bzw. als sichere und ertragreiche Anlage für die Zukunft geeignet sind. Dabei wurden nicht nur Aktien Anleihen und Geldmarktpapiere, sondern auch Rohstoffe, Immobilien, Gold, Garantie- und Mischfonds geprüft.

Das Testergebnis

■ Wenn es hart auf hart kommt, schützt auch Risikostreuung nicht vor horrenden Verlusten.

■ Weil Banken und institutionelle Anleger nach der Pleite von Lehman Brothers im September letzten Jahres dringend Liquidität benötigten, haben sie alles zu Geld gemacht, was irgendwie liquidierbar war. Die Folge: Aktien, Anleihen und Rohstoffe stürzten nahezu gleichzeitig ab.

■ Insgesamt sind die Anlageergebnisse daher be-

scheiden: Vor allem die Fondsschwergewichte, denen die Anleger ihr Geld anvertrauen, bieten selten mehr als durchschnittliche Leistung. Bei europäischen Aktienfonds bleiben die aktiv gemanagten Fonds sogar durchweg hinter dem Marktdurchschnitt zurück. Die Behauptung der Fondsbranche, ein Fondsmanager könne bei fallenden Kursen gegensteuern und so Mehrwert für die Anleger generieren, entpuppt sich daher als haltloses Versprechen

■ Unter den rund 50 getesteten Fondsschwergewichten aus neun Anlageklassen gibt es zudem ganze drei Spitzenreiter. Der offene ImmobilienfondsKanAmGrundinvest und der ETF-Fonds für Euro-Staatsanleihen von Lyxor bringen Anlegern trotz Weltwirtschaftskrise mit einem jährlichen Plus von 5,5 Prozent eine ansehnliche Rendite. Wirklich beeindruckt hat uns aber nur der Mischfonds Carmignac Patrimoine A der französischen Fondsgesellschaft Carmignac. Mit einer durchschnittlichen Jahresrendite von 7,74 Prozent in den vergangenen drei Jahren ist der Fonds nicht nur Spitzenreiter seiner eigenen Fondsgruppe, sondern zugleich Meister aller Klassen. Kein anderer Fonds im Test konnte eine bessere konstante Wertentwicklung vorweisen.

■ Wichtig: Topnoten allein sind bei den Fonds noch kein Indikator für die Güte der Anlage in der Krise. Denn alle Bewertungen innerhalb einer Fondsgruppe sind relativ. Gehört der Fonds zu den besten seiner Gruppe, bedeutet das nur, dass er sich im Vergleich zum Markt, in den er investiert und im Vergleich zu den Konkurrenten seiner Fondsgruppe überdurchschnittlich gut geschlagen hat. Das sagt aber noch nichts über die Rendite. Die kann bei schlechter Börsenentwicklung sogar negativ sein.

■ Besonders gelitten haben in der Krise die Rohstoffwerte. In der Zeit zwischen Ende Juni 2008 bis Juni 2009 verlor der Markt – gemessen am Dow Jones UBS Commodities Index – rund 41,40 Prozent an Wert. Seit Jahresbeginn sind Rohstoffwerte aber schon wieder um 17,89 Prozent nach oben geschnellt. Dennoch gilt: Wer vor drei Jahren einstieg, hat bislang nur Miese gemacht – und zwar im Schnitt minus 10,90 Prozent pro Jahr.

■ Allerdings schmierten die Rohstofffonds von Allianz Global Investors und Pionier nicht ganz so stark ab wie der Index. Das bescherte den beiden Fondsschwergewichten trotz zweistelliger Verluste in 2008 glatt Rang 2 der Fondsgruppe.

Mit Aktien- und Rohstofffonds haben Anleger ihr Vermögen in der Krise fast halbiert

■ Stark unter die Räder gekommen sind 2008 auch breitstreuende europäische Aktienfonds. Der Grund: Im Schnitt verlor der Markt in den vergangenen zwölf Monaten rund 23,35 Prozent an Wert. Seit Jahresbeginn haben die Kurse zwar wieder rund 8,20 Prozent der Einbußen zugelegt. Doch wer vor drei Jahren eingestiegen ist, hat im Schnitt Jahr für Jahr 10,8 Prozent Miese gemacht – und zwar unabhängig davon, ob er sein Geld direkt in Aktien oder Aktienindizes investierte oder einem Aktienfonds anvertraute.

■ Dennoch wären Anleger mit einer Aktienindexanlage besser gefahren – zumindest hätten sie sich einiges an Wertschwankungen erspart. Denn das Gros der aktiv gemanagten europäischen Aktienfonds stürzte in den letzten zwölf Monaten mit minus 26,07 Prozent noch tiefer in die roten Zahlen als der Markt selbst (minus 23,35 Prozent). Bisweilen haben die Fondsmanager bei der Titelauswahl sogar völlig danebengegriffen und sind sogar zehn Prozent mehr als der Index abgeschmiert.

■ Die Beispiele zeigen, dass Anleger bei aktiv gemanagten Fonds immer zwei Risiken zugleich einkaufen: das Marktrisiko und das Managerrisiko. Kurz: Aktives Fondsmanagement ist kein geeigneter Sicherheitsgurt, um Risiken in der Krise zu begrenzen. Im Gegenteil: Der Griff zum falschen Fonds

Info | Renditen im Langfristvergleich

Die Entwicklung von Aktien, Gold und anderen Anlagen im Vergleich zur Inflationsrate seit 1969

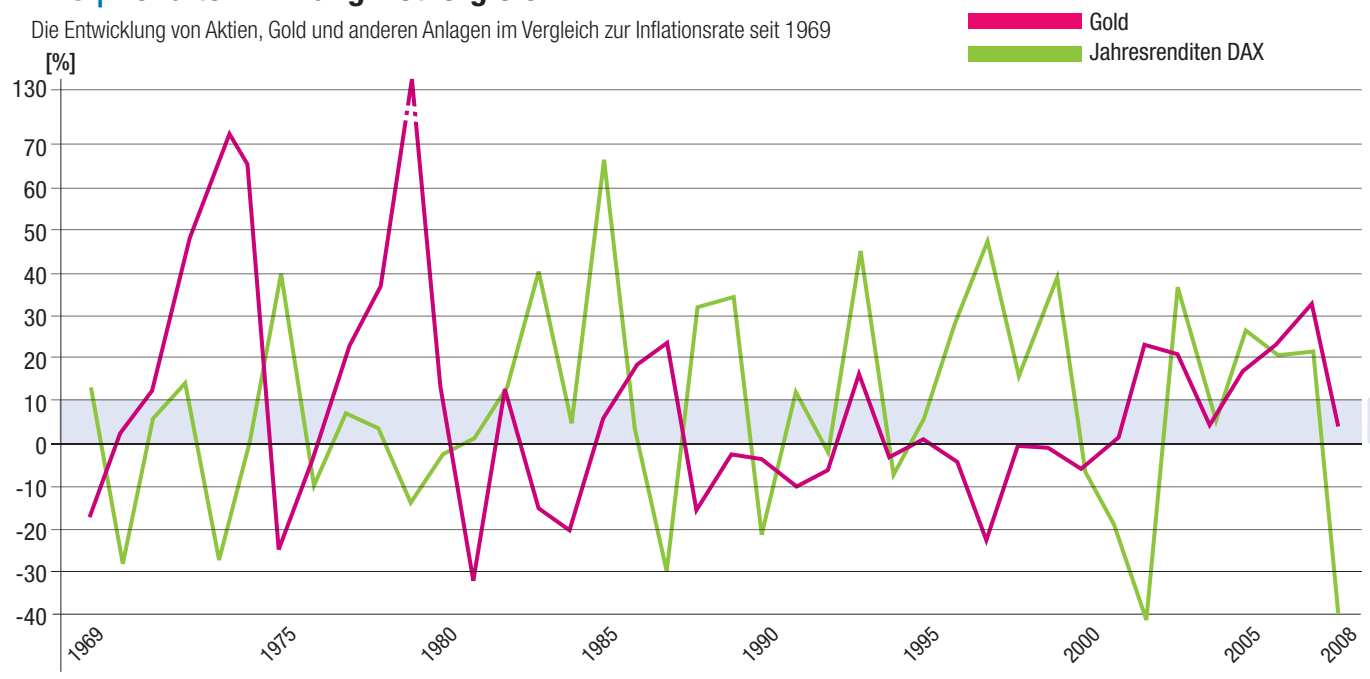


Foto: ocvision.de

Manchen Anlegern ist das Lächeln vergangen. Viele Banktipps haben nichts als Verluste gebracht.

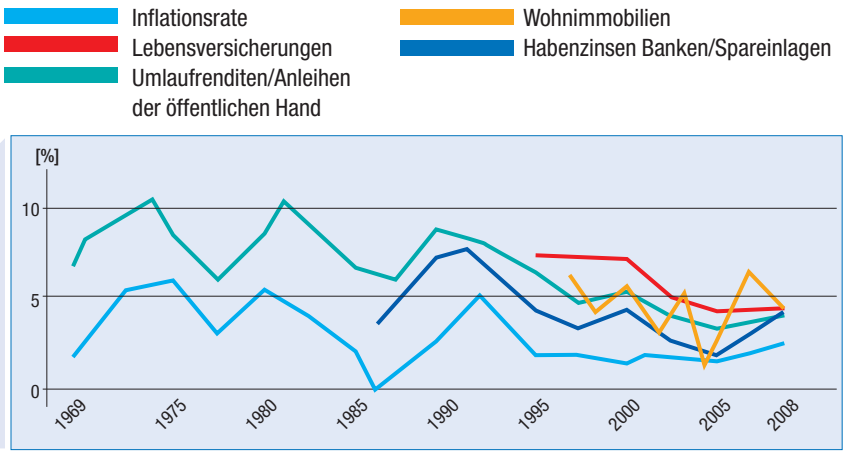
kann die Verluste sogar noch potenzieren.

■ Kein Wunder daher, dass börsennotierte Indexfonds, im Fachjargon kurz ETF-Fonds (Exchange Traded Funds) genannt, seit Beginn der Finanzkrise europaweit starke Mittelzuflüsse verzeichnen. Weil diese Fonds nur den Index nachbilden, erwirtschaften sie annähernd das gleiche Plus oder Minus wie der Index selbst. Obendrein sind ETFs kostengünstig: Es gibt keinen Ausgabeaufschlag, die jährlichen Verwaltungskosten sind vergleichsweise gering. Warum also sollten Anleger teure Fondsmanager bezahlen, wenn diese nur selten besser abschneiden als der Index? Einziges Problem: Privaten Kunden werden ETFs von Bankberatern bislang selten empfohlen, weil das Institut daran zu wenig verdient.

■ Gold hat seinem Ruf als sichere Geldanlage in Krisenzeiten diesmal keine Ehre gemacht. Auf Dreijahressicht schafften Goldfonds nicht einmal den Kapitalerhalt. Denn bei einer durchschnittlichen Jahresrendite von winzigen 0,25 Prozent bleibt selbst bei Miniinflationsraten kaum was übrig.

Gold ist keine krisensichere Anlage. Die Fondsrendite lag bei mickrigen 0,25 Prozent

■ Auch vermeintlich sichere Anlagen wie Geldmarkt- oder Garantiefonds hat die Krise entzaubert. Insbesondere Geldmarktfonds haben enorme Schwächen offenbart. Einige der als gut verzinste Alternative zu sicheren Sparanlagen verkauften Fonds entpuppten sich als regelrechte Zockerpapiere und schockten Anleger mit teils zweistelligen Verlusten. Der Grund: Sie haben massiv in die „Giftmüllpapiere der internationalen Finanzmärkte“ investiert. Kein Wunder also, dass die betroffenen Anleger sich mit solchen Mogelpackungen gewaltig übers Ohr gehauen fühlen.



Der Langfristvergleich von Zinsen und Renditen über 40 Jahre zeigt: Mit sicheren Anlagen sind Anleger gut gefahren. Die Rendite von Staatsanleihen lag immer oberhalb der Inflationsrate. Aktien- und Gold-Fans brauchen dagegen starke Nerven: Jahre mit Spitzenerträgen wechseln sich hier regelmäßig mit herben Verlustphasen ab. Wirklich gelohnt hat sich die Goldanlage zudem nur in Phasen mit sehr hoher Inflationsrate. Die Renditen von Lebensversicherungen sind seit 1995 dagegen kontinuierlich gesunken- mittlerweile bringen sie kaum mehr als biedere Staatsanleihen.

Kompakt

Gegendarstellung

Auf Seite 95 und 96 der ÖKO-TEST Nr. 5/2009 vom 24. April 2009 wurde unter der Überschrift „Du meine Güte“" über die Deutsches Institut für Service-Qualität GmbH & Co. KG (DISQ) berichtet:

(1) „Das Deutsche Institut für Servicequalität nahm den (…) Test [Bester Service von Zertifikate-Emittenten 2008] (…) von seiner Homepage.“

(2) „Auffallend ist außerdem, dass viele Finanzdienstleister, die von Disq mit Preisen ausgezeichnet wurden, zu den Kunden der JDB Media GmbH gehören. Dies gilt beispielsweise für (…) die Hamburger Sparkasse.“

(3) „Auch die Zeitschrift Euro, die seit mehreren Jahren mithilfe des Instituts für Servicequalität (…) ‚Deutschlands beste Bank‘ kürt, (…).“

(4) „(…) Jens Holger de Buhr, der als Kommanditist nach wie vor an dem Marktforschungsunternehmen beteiligt ist.“

Hierzu stellen wir fest:

(1) Der Test [Bester Service von Zertifikate-Emittenten 2008] war nie auf der Homepage der DISQ abrufbar, vielmehr wurden dort nur eine Zusammenfassung der Testergebnisse und eine entsprechende Pressemitteilung veröffentlicht. Beide sind niemals von der Homepage genommen worden.

(2) Die Hamburger Sparkasse gehörte weder zum Zeitpunkt ihrer Auszeichnungen durch die DISQ noch später zu den Kunden der JDB Media GmbH.

(3) Die DISQ und die Zeitschrift Euro haben bei der Euro-Auszeichnung „Deutschlands beste Bank“ nie kooperiert.

(4) Jens Holger de Buhr ist seit dem 22. Januar 2009 nicht mehr an der DISQ beteiligt.

Hamburg, den 20. Mai 2009,
Deutsches Institut für Service-Qualität GmbH & Co. KG, vertreten durch den Geschäftsführer Markus Hamer

Anmerkung der Redaktion: Nach dem hessischen Pressegesetz sind wir verpflichtet, eine Gegendarstellung abzudrucken.

TEST Garantiefonds

Produkt	Anbieter	ISIN	Volumen in Mio. EUR	Rating Morningstar	Ausgabeaufschlag	Rücknahmegebühr	Wertentwicklung laufendes Jahr	Rang	Wertentwicklung 1 Jahr
UniGarantTop: Europa III	Union Investment	LU0229392385	539	kein Rating	4,00 %	1,00 %	1,75 %	3	5,96 %
Deka-WorldGarant 1/2012	DekaBank Deutsche Girozentrale	LU0231419655	251	kein Rating	3,50 %	0,00 %	2,24 %	3	5,74 %
DWS FlexPension 2015	DWS Investment	LU0174293612	446	kein Rating	4,00 %	0,00 %	1,24 %	4	6 %
UniGarant: Global Titans 50 (2011) II	Union Investment	LU0220683931	175	kein Rating	4,00 %	2,00 %	2,85 %	3	1,52 %
Deka-KickGarant 2006	DekaBank Deutsche Girozentrale	LU0235464699	302	kein Rating	4,00 %	0,00 %	2,12 %	3	1,04 %
Durchschnitt	entfällt	entfällt	entfällt	entfällt	entfällt	entfällt	1,30 %	4	1,50 %

TEST Euro-Geldmarktfonds

Produkt	Anbieter	ISIN	Volumen in Mio. EUR	Rating Morningstar	Ausgabeaufschlag	Rücknahmegebühr	Wertentwicklung laufendes Jahr	Rang	Wertentwicklung 1 Jahr
CB Geldmarkt Deutschland I	Cominvest Asset Management	LU0052221412	2.007	***	0,00 %	0,00 %	0,77 %	3	2,61 %
GS Euro Liquid Reserve Fund (EUR)	Goldman Sachs Asset Management	IE0031295938	8.220	***	0,00 %	0,00 %	0,67 %	3	2,68 %
SGAM Fund Money Market Euro F	SGAM Luxembourg	LU0146288435	2.576	***	0,00 %	0,00 %	0,67 %	3	2,76 %
Credit Suisse Money Market Fund (Lux) EUR Aberdeen	Credit Suisse Asset Management	LU0090865873	2.072	***	0,00 %	0,00 %	0,34 %	3	1,46 %
Durchschnitt	entfällt	entfällt	entfällt	entfällt	entfällt	entfällt	0,72 %	3	1,48 %
UniMoneyMarket: Euro A	Union Investment	LU0055734320	1.903	**	0,00 %	0,00 %	-0,40 %	4	-2,81 %

TEST Goldfonds

Produkt	Anbieter	ISIN	Volumen in Mio. EUR	Rating Morningstar	Ausgabeaufschlag	Rücknahmegebühr	Wertentwicklung laufendes Jahr	Rang	Wertentwicklung 1 Jahr
BlackRock Global Funds - World Gold A2 EUR	BlackRock Global Funds	LU0171305526	3.972	****	5,00 %	0,00 %	22,21 %	3	-13,96 %
DWS Gold Plus	DWS Investment	LU0055649056	603,4	****	3,00 %	0,00 %	5,30 %	5	-13,40 %
Falcon Gold Equity Fund Inc	AIG Privat Bank	CH0002783535	95	****	5,00 %	0,50 %	26,90 %	2	-7,52 %
Durchschnitt	entfällt	entfällt	entfällt	entfällt	entfällt	entfällt	24,00 %	2	-19,63 %
DJE-Gold & Ressourcen P	DJE Investment	LU0159550077	107	***	5,00 %	0,00 %	8,19 %	4	-28,24 %
Julius Baer Gold Equity (CHF) B	Julius Baer Multibond	LU0223331439	93	**	0,00 %	3,00 %	42,19 %	1	-24,82 %

TEST Mischfonds

Produkt	Anbieter	ISIN	Volumen in Mio. EUR	Rating Morningstar	Ausgabeaufschlag	Rücknahmegebühr	Wertentwicklung laufendes Jahr	Rang	Wertentwicklung 1 Jahr
Carmignac Patrimoine A	Carmignac Gestion	FR0010135103	10.678	*****	4,00 %	0,00 %	10,63 %	2	13,30 %
BlackRock Global Funds - Global Allocation A2 EUR	BlackRock Global Funds	LU0171283459	8.227	kein Rating	5,00 %	0,00 %	6,32 %	3	-4,48 %
Durchschnitt	entfällt	entfällt	entfällt	entfällt	entfällt	entfällt	8,38 %	2	-5,67 %
UniRak Inc	Union Investment Privatfonds	DE0008491044	1.221	****	3,00 %	0,00 %	3,93 %	4	-9,40 %
DekaStruktur: Chance Inc	DekaBank Deutsche Girozentrale	LU0098472607	909	**	2,00 %	0,00 %	3,50 %	4	-17,70 %
UBS (Lux) Key Selection SICAV Global Allocation EUR P Inc	UBS Fund Services	LU0197216558	1.158	*	5,00 %	2,00 %	7,49 %	3	-23,67 %

Rang	Wertentwicklung 3 Jahre pro Jahr	Rang	Note Wertentwicklung insgesamt	Risiko (Volatilität)	Bewertung Risiko	Note insgesamt	Gesamturteil
2	3,13 %	1	2,00	2,13 %	sehr niedrig	1,75	2. Rang
2	0,85 %	3	2,67	6,47 %	mäßig	2,75	3. Rang
2	0,80 %	3	3,00	6,57 %	mäßig	3,00	3. Rang
4	0,32 %	4	3,67	4,90 %	niedrig	3,25	3. Rang
4	0,30 %	4	3,67	7,12 %	mäßig	3,50	4. Rang
4	0,60 %	3	3,67	6,45 %	mäßig	3,50	4. Rang

Rang	Wertentwicklung 3 Jahre pro Jahr	Rang	Note Wertentwicklung insgesamt	Risiko (Volatilität)	Bewertung Risiko	Note insgesamt	Gesamturteil
3	3,14 %	6	4,00	0,27 %	sehr niedrig	3,25	3. Rang
3	3,44 %	4	3,33	0,31 %	sehr niedrig	2,75	3. Rang
3	2,23 %	6	4,00	0,31 %	sehr niedrig	3,25	3. Rang
5	2,55 %	6	4,67	0,31 %	sehr niedrig	3,75	4. Rang
4	2,44 %	6	4,33	0,52 %	mäßig	4,00	5. Rang
6	1,07 %	6	5,33	1,57 %	sehr hoch	5,50	6. Rang

Rang	Wertentwicklung 3 Jahre pro Jahr	Rang	Note Wertentwicklung insgesamt	Risiko (Volatilität)	Bewertung Risiko	Note insgesamt	Anmerkungen	Gesamturteil
1	1,30 %	2	2,00	k. A.	mäßig	2,25		2. Rang
1	5,00 %	1	2,33	20,53 %	sehr niedrig	2,00		2. Rang
1	3,15 %	1	1,33	35,41 %	mäßig	1,75	1)	2. Rang
2	-1,27 %	4	2,67	34,79 %	mäßig	2,75		3. Rang
4	-6,27 %	6	4,67	26,86 %	sehr niedrig	3,75		4. Rang
4	-5,59 %	6	3,67	38,01 %	erhöht	3,75	2)	4. Rang

Rang	Wertentwicklung 3 Jahre pro Jahr	Rang	Note Wertentwicklung insgesamt	Risiko (Volatilität)	Bewertung Risiko	Note insgesamt	Anmerkungen	Gesamturteil
1	7,47 %	1	1,33	7,74 %	sehr niedrig	1,25		1. Rang
3	-2,39 %	3	3,00	10,70 %	niedrig	2,75		3. Rang
3	-3,13 %	3	2,67	13,52 %	mäßig	2,75		3. Rang
4	-3,73 %	3	3,67	11,41 %	niedrig	3,25		3. Rang
5	-7,00 %	4	4,33	13,30 %	mäßig	4,00		4. Rang
6	-9,22 %	5	4,67	17,51 %	erhöht	4,50	3)	5. Rang

■ Sogar konservativ gemanagte Geldmarktfonds konnten nicht überzeugen: Die Durchschnittsrendite seit 2006 lag bei 2,44 Prozent pro Jahr. Mit Tagesgeldkonten und sicheren Sparanlagen ließen sich im gleichen Zeitraum Renditen von drei Prozent und mehr erzielen. Dagegen schrieben selbst Fondsschwergewichte wie der UniEuro Market Fondsschreiben zeitweilig sogar rote Zahlen.

■ Nicht viel besser sieht es bei Garantiefonds aus. Das Gros der Branche konnte in der Krise zwar sein Versprechen halten und Kapitalverluste vermeiden. Doch für diese Sicherheit zahlen Anleger einen hohen Preis. Im Schnitt der letzten drei Jahre erwirtschafteten die Garantiefonds gerade mal 0,60 Prozent Jahresrendite. Mit einem simplen Mix aus 75 Prozent sicheren Staatsanleihen oder Bundeswertpapieren und 25 Prozent deutschen Standardaktien hätten Anleger im gleichen Zeitraum dagegen auch für Kapitalerhalt gesorgt – dabei aber eine fast doppelt so hohe Rendite bis zu 3,75 Prozent gebracht.

■ Das Gros der Mischfonds hat im Schnitt der vergangenen drei Jahre mit minus 3,13 Prozent Rendite nur Verluste gemacht. Das sind zwar weit weniger Miese als Aktienanleger oder Rohstofffans verkraften mussten. Doch gerade Mischfonds versprechen, sie könnten durch ihre flexible Anlagepolitik Risiken besser abfedern und auch in der Baisse Wertsteigerungen erzielen.

■ Halten konnte dieses Versprechen aber nur der Carmignac Patrimoine A – Mischfonds der französischen Fondsgesellschaft Carmignac. Sein Erfolgsrezept: Die Manager achten vor allem auf die Auswahl der richtigen Anlageklassen - je nach Konjunkturentwicklung. Zwischen September 2008 bis März 2009 war der Fonds nur zu null bis zwei Prozent in Aktien investiert.

■ Hinter den Durchschnittswerten der Mischfondsgruppe verbergen sich große Abweichungen. Neben Top-Ergebnissen wie beim Carmignac-Fonds waren auch zweistellige Verluste im 12-Monats-Zeitraum wie beim UBS- Fonds oder dem DekaStruktur: Chance-Fonds keine Seltenheit.

■ In der Krise gut verdient, haben Anleger mit Rentenfonds. Insbesondere jene Fondsvariante, die ausschließlich auf erstklassige Euro-Staatsanleihen setzt, schaffte in den letzten drei Jahren immerhin 4,5 Prozent Ertrag. Nach dem Zusammenbruch von Lehman Brothers kletterten die Renditen sogar bis auf knapp zehn Prozent.

■ Offene Immobilienfonds brachten im Schnitt jährlich 4,70 Prozent Rendite. Gleichwohl wurden sie von der Finanzkrise hart getroffen. Nachdem institutionelle Anleger im Oktober 2008 scharenweise Mittel aus den eigentlich für die Langfristanlage konzipierten Fonds abzogen, mussten zwölf Fonds ihre Verkaufspforten vorübergehend schließen.

■ Ob Gewerbeimmobilien, wie Büroparks und Einkaufszentren, weiterhin eine gute Geldanlage sind, muss die Zukunft zeigen. Während sich der deutsche Immobilienmarkt vergleichsweise stabil entwickelt, sind die Büromieten in London und Paris bereits um 15 bis 25 Prozent gesunken. Die meisten Fonds haben ihre Mietverträge jedoch über Jahre festgezurrt. Ausfälle durch Pleiten von Mietern sind aber nicht ausgeschlossen.

Barbara Sternberger-Frey

TEST Offene Immobilienfonds

Produkt	Anbieter	ISIN	Volumen in Mio. EUR	Rating Morningstar	Rating Scope	Note Fondsqualität	Ausgabeaufschlag	Rücknahmegebühr	Wertentwicklung laufendes Jahr
KanAm Grundinvest Fonds Inc	KanAm Grund Kapitalanlagegesellschaft	DE0006791809	4.903	*****	BBB+	1,50	5,50 %	0,00 %	2,30 %
DEGI International	DEGI	DE0008007998	2.231	***	A	2,50	5,00 %	0,00 %	1,92 %
Deka-Immobilien Global	Deka Immobilien Investment	DE0007483612	2.358	***	AA	2,25	5,26 %	0,00 %	2,31 %
SEB ImmoInvest	SEB Investment	DE0009802306	6.520	***	BBB+	2,63	5,25 %	0,00 %	2,10 %
UniImmo: Europa Inc	Union Investment Real Estate	DE0009805515	6.225	***	A+	2,38	5,00 %	0,00 %	1,98 %
Durchschnitt	entfällt	entfällt	entfällt	entfällt	entfällt	entfällt	entfällt	entfällt	1,07 %

TEST Fonds für Euro-Staatsanleihen

Produkt	Anbieter	ISIN	Volumen in Mio. EUR	Rating Morningstar	Ausgabeaufschlag	Rücknahmegebühr	Wertentwicklung laufendes Jahr	Rang	Wertentwicklung 1 Jahr
Lyxor ETF EuroMTS 3-5y A/I	Lyxor Asset Management	FR0010037234	1.139	*****	0,00 %	0,00 %	2,52 %	1	12,22 %
Espa Bond Combirent A Inc	Erste Sparinvest	AT0000858022	973	****	2,50 %	0,00 %	0,87 %	4	11,91 %
Pictet Funds(LUX)-EUR Government Bonds-P Cap	Pictet Funds	LU0241467587	837	**	3,00 %	0,00 %	1,20 %	3	11,11 %
Durchschnitt	entfällt	entfällt	entfällt	entfällt	entfällt	entfällt	1,44 %	3	9,81 %
Fortis L Bond Goverment Euro	Fortis Investments	LU0164975764	1.386	***	5,00 %	0,00 %	0,74 %	4	11,24 %
Pioneer Funds - Euro Bond Class A EUR	Pioneer Asset Management	LU0119391471	2.675	**	3,00 %	0,00 %	0,70 %	4	6,50 %

TEST Euro-Rentenfonds

Produkt	Anbieter	ISIN	Volumen in Mio. EUR	Rating Morningstar	Ausgabeaufschlag	Rücknahmegebühr	Wertentwicklung laufendes Jahr	Rang	Wertentwicklung 1 Jahr
Rendit Deka Inc	Deka Investment	DE0008474537	979	***	3,00 %	0,00 %	2,63 %	2	9,18 %
UniEuroRenta Inc	Union Investment Privatfonds	DE0008491069	2.033	****	3,00 %	0,00 %	3,43 %	2	11,30 %
Allianz PIMCO Rentenfonds A EUR	Allianz Global Investors	DE0008471400	1.093	****	2,50 %	0,00 %	1,89 %	3	8,01 %
Durchschnitt	entfällt	entfällt	entfällt	entfällt	entfällt	entfällt	1,80 %	3	6,60 %
UBS (Lux) Bond Fund-Eur P	UBS Fund Services	LU0033050237	939	***	3,00 %	0,00 %	2,41 %	3	8,15 %
Allianz PIMCO Euro Bond Total Return - A - EUR	Allianz Global Investors	LU0140355917	1.121	**	3,00 %	0,00 %	3,33 %	2	0,58 %

TEST Rohstofffonds

Produkt	Anbieter	ISIN	Volumen in Mio. EUR	Rating Morningstar	Ausgabeaufschlag	Rücknahmegebühr	Wertentwicklung laufendes Jahr	Rang	Wertentwicklung 1 Jahr
Allianz RCM Rohstoffonds A EUR	Allianz Global Investors	DE0008475096	700	***	5,00 %	0,00 %	49,88 %	1	-44,57 %
Pioneer Investments Aktien Rohstoffe A EUR ND	Pioneer Investments	DE0009779884	92	****	4,00 %	0,00 %	23,80 %	2	-33,90 %
BlackRock Global Funds - World Mining A2 EUR	BlackRock Global Funds	LU0230590886	6.061	***	5,00 %	0,00 %	42,00 %	1	-48,58 %
Carmignac Portfolio Commodities	Carmignac Gestion	LU0164455502	603	****	4,00 %	0,00 %	28,49 %	2	-45,35 %
Durchschnitt	entfällt	entfällt	entfällt	entfällt	entfällt	entfällt	30,26 %	2	-38,52 %
VCH Expert Natural Resources	Hauck & Aufhäuser Investment	LU0184391075	103	**	5,00 %	0,00 %	7,51 %	4	-57,54 %

Rang	Wertentwicklung 1 Jahr	Rang	Wertentwicklung 3 Jahre pro Jahr	Rang	Note Wertentwicklung insgesamt	Note insgesamt	Anmerkungen	Gesamturteil
1	5,00 %	1	5,50 %	2	1,33	1,38	5)	1. Rang
2	4,42 %	2	4,63 %	3	2,33	2,38		2. Rang
1	4,80 %	2	5,40 %	2	1,67	1,81		2. Rang
1	4,50 %	2	4,90 %	3	2,00	2,16	4)	2. Rang
2	4,49 %	2	4,74 %	3	2,33	2,34		2. Rang
3	3,80 %	3	4,70 %	3	3,00	entfällt		3. Rang

Rang	Wertentwicklung 3 Jahre pro Jahr	Rang	Note Wertentwicklung insgesamt	Risiko (Volatilität)	Bewertung Risiko	Note insgesamt	Anmerkungen	Gesamturteil
2	5,41 %	1	1,33	2,73 %	sehr niedrig	1,25		1. Rang
3	4,42 %	6	4,33	3,72 %	mäßig	4,00	2)	4. Rang
4	3,24 %	6	4,33	0,22 %	sehr niedrig	3,50		4. Rang
6	4,49 %	6	5,00	3,71 %	mäßig	4,50		5. Rang
4	4,11 %	6	4,67	4,20 %	erhöht	4,50		5. Rang
6	2,90 %	6	5,33	3,61 %	mäßig	4,75		5. Rang

Rang	Wertentwicklung 3 Jahre pro Jahr	Rang	Note Wertentwicklung insgesamt	Risiko (Volatilität)	Bewertung Risiko	Note insgesamt	Anmerkungen	Gesamturteil
2	3,47 %	3	2,33	3,08 %	niedrig	2,25		2. Rang
1	4,00 %	2	1,67	3,52 %	niedrig	1,75		2. Rang
3	3,45 %	3	3,00	3,50 %	niedrig	2,75		3. Rang
3	2,90 %	3	3,00	4,01 %	mäßig	3,00		3. Rang
2	1,87 %	4	3,00	3,33 %	niedrig	2,75	3)	3. Rang
5	-0,16 %	5	4,00	4,04 %	mäßig	3,75		4. Rang

Rang	Wertentwicklung 3 Jahre pro Jahr	Rang	Note Wertentwicklung insgesamt	Risiko (Volatilität)	Bewertung Risiko	Note insgesamt	
3	-5,58 %	1	1,67	34,66 %	erhöht	2,25	2. Rang
2	-0,90 %	1	1,67	keine Angabe	niedrig	1,75	2. Rang
4	-5,45 %	1	2,00	keine Angabe	erhöht	2,50	3. Rang
3	-6,11 %	2	2,33	keine Angabe	mäßig	2,50	3. Rang
3	-7,04 %	2	2,33	30,52 %	mäßig	2,50	3. Rang
5	-13,08 %	4	4,33	35,45 %	erhöht	4,25	4. Rang

Abkürzung: k.A. = keine Angabe

Anmerkungen: 1) Angaben mit Unsicherheit behaftet, da Anbieter die Überprüfung der Daten aufgrund einer Neuausrichtung seiner Fondspalette ablehnt. Er verweist jedoch auf die Morningstar-Werte, die ÖKO-TEST seiner Abfrage zugrunde gelegt hat. 2) Angaben mit Unsicherheit behaftet, da Anbieter auf die Aufforderung zur Datenüberprüfung nicht reagiert hat. 3) Angaben mit Unsicherheit behaftet, da Anbieter die Datenkontrolle aus Zeitmangel ablehnt. 4) Feri Immobilienfonds Rating A (sehr gut), Rating Scope etc. im Zuge der Fondsschließungen ausgesetzt. 5) Morningstar-Rating im Zuge der Fondsschließungen ausgesetzt. 6) Risikonote mit Unsicherheit behaftet, da Anbieter zur Volatilität keine Angaben macht. 7) Kein aktiv gemanagter Aktienfonds, sondern zum Vergleich aufgeführter ETF.

Legende: Anbieter mit gleichem Rang sind in alphabetischer Reihenfolge sortiert. Der Rang wurde in einem mehrstufigen Verfahren ermittelt. Die Rangnote setzt sich dabei zu 75 Prozent aus der Gesamtnote für die Fondsrendite und zu 25 Prozent aus der Note für das Anlagerisiko zusammen. Zur Ermittlung der Gesamtnote für die Fondsrendite haben wir zunächst die Teilnoten für die drei untersuchten Anlagezeiträume (laufendes Jahr, ein Jahr, 3 Jahre) ermittelt. Jede Teilnote floss dabei zu einem Drittel in die Gesamtnote ein. Zur Ermittlung der Teilnoten haben wir wiederum die Wertentwicklung der Fonds jenem Marktindex gegenüberstellt, der für den jeweiligen Markt typisch ist, in den die Fondsgruppe investierte. Bei europäischen Aktienfonds war das der Dow Jones Stoxx 600, bei Rohstofffonds der DowJones UBS Commodities Index, bei Goldfonds der Amex Gold Bugs Index, bei Rentenfonds für öffentliche Anleihen der Citibank EMU GBI Euro Index, bei Euro-Rentenfonds der Barclays Capital. Euro Agg. Bonds Index und bei Garantiefonds ein Indexmix aus 75 Prozent Citibank EMU GBI Euro Index und 25 Prozent MSCI World Index auf Euro-Basis. Einzig die offenen Immobilienfonds wurden mangels einer passenden Benchmark ausschließlich der durchschnittlichen Wertentwicklung der gesamten Fondsgruppe gegenübergestellt.

Anschließend wurde zur Ermittlung des Ranges im jeweiligen Anlagezeitraum die Differenz zwischen der Benchmarkrendite des Indexes und der Rendite des besten Fonds der jeweiligen Fondsgruppe ermittelt und in drei gleich große Klassen geteilt. Die so ermittelte Renditedifferenz bildete anschließend den Maßstab zur Ermittlung der Rangklassen. Fonds, die die Hälfte der Renditedifferenz besser oder schlechter als der jeweilige Index waren, fallen noch in Rangklasse 3. Waren sie über die Hälfte der Renditeabweichung hinaus besser als die Benchmarks, erreichten sie Platz 2. Waren sie über die Hälfte der Renditeabweichung hinaus schlechter, rangieren sie dagegen auf Platz 4. Werte, die mehr als drei Viertel der Renditeabweichung nach oben oder unten vom Index erreichen, fallen in die Klasse 1 oder 5. Werte, die mehr als fünf Viertel der Renditeabweichung schlechter als der Benchmark sind, fallen auf Rang 6. Auch die durchschnittliche Wertentwicklung der gesamten Fondsgruppe haben wir mit dem Index verglichen und entsprechend eingestuft. So können Anleger auf einen Blick erkennen, wie die gesamte Fondsgruppe abgeschnitten hat – und ob die Fondsschwergewichte im Vergleich zur Konkurrenz ihrer Gruppe besser oder schlechter abschneiden. Nach gleichem Muster sind wir beim Risikorating vorgegangen. Benchmark war hier allerdings nicht die Volatilität des jeweiligen Index, sondern die durchschnittliche Standardabweichung der Fondsgruppe.

Bei offenen Immobilienfonds haben wir das Anlagerisiko jedoch nicht an der Schwankung der Fondspreise gemessen. Das macht bei dieser Fondsgruppe wenig Sinn. Stattdessen haben wir aus den Ratingnoten für die Fondsqualität, welche die Ratingagenturen Morningstar und Scope unter Berücksichtigung der jeweiligen Immobilienanlagen vergeben, eine Note für die Risikobewertung gebildet, die sich jeweils zu 50 Prozent aus dem Morningstar-Rating und zu 50 Prozent aus dem Sope-Rating zusammensetzt. Zuvor wurden die Noten von Morningstar (Sterne) und die alphabetischen Noten von Scope in eine schulnotenähnliche Bewertung von 1 bis 5 umgesetzt. Beispiel: Fünf Sterne von Morningstar oder ein „AAA“ von Scope entsprechen Note 1. „AA“ von Scope entspricht der Note 1,5. Ein „A“ oder vier Sterne von Morningstar entsprechen Note 2. Die bei Scope zusätzlichen Plus- oder Minus-Bewertungen gingen jeweils mit 0,25 Punkten auf- oder abwertend in die Noteneinteilung ein.

Anforderungen an die Fonds: Um jene Märkte und Anlageformen unter die Lupe zu nehmen, in die deutsche Privatanleger vorzugsweise investieren, wurden folgende Fondsgruppen unter die Lupe genommen: europäische Aktienfonds. Rentenfonds Euro, Euro-Rentenfonds für öffentliche Anleihen, Geldmarktfonds, Garantiefonds, Rohstofffonds, Goldfonds, Mischfonds mit flexibler Anlagepolitik, offene Immobilienfonds

Aus jeder Gruppe wurden jeweils die fünf Fonds mit dem höchsten Fondsvolumen ausgewählt, die für Privatanleger erhältlich sind, bereits seit drei Jahren am Markt sind und keine zu hohen Mindestanlagesummen fordern. Dahinter steht die Idee, dass die Fondsschwergewichte die durchschnittliche Marktentwicklung jeder Gruppe am besten widerspiegeln. Mit Ausnahme der aktienhaltigen Fonds durfte die Mindestsumme für eine Einmalanlage 1.000 Euro nicht überschreiten.

Die Testmethode: Sämtliche Daten wurden per 30. Juni 2009 im Internet bei der Datenbank von Morningstar erhoben, einer Verifizierung unterzogen und den Fondsgesellschaften anschließend zur Überprüfung vorgelegt. Der anschließende Vergleich mit der Benchmark sowie die Auswahl der Benchmarkindizes wurde dann von ÖKO-TEST vorgenommen.

Stand: 30. Juni 2009.

Kompakt

Besserer Schutz für Anleger
Ab 1. Januar 2010 sollen Anleger mehr Rechte erhalten. So verlangt es das im Juli 2009 verabschiedete „Gesetz zur Neuregelung der Rechtsverhältnisse bei Schuldverschreibungen aus Gesamtemissionen und zur verbesserten Durchsetzbarkeit von Ansprüchen von Anlegern aus Falschberatung“. In den Protokollen soll stehen,

- auf wessen Initiative das Gespräch zustande kam,
- wie die Vermögensverhältnisse des Kunden aussehen,
- die persönliche Situation und die Anlagewünsche des Kunden,
- welches Risiko der Kunde eingehen will
- sowie die Dauer der Beratung.

Ihre Anlageempfehlung müssen die Banken in dem Schriftstück begründen. Bei telefonischen Beratungen mit sofortigem Geschäftsabschluss müssen sie ein schriftliches Protokoll anfertigen und dem Bankkunden zuschicken. Die Kunden haben eine Woche Zeit, das Protokoll zu prüfen und können den Vertrag in dieser Zeit widerrufen. Schadensersatzansprüche verjähren künftig erst drei Jahre nach Kenntnis von der Falschberatung, spätestens zehn Jahre nach Vertragsabschluss. Darüber hinaus will die große Koalition in einer am 3. Juli verabschiedeten Entschließung

- die Qualifikation von Finanzvermittlern verbessern.
- Die Vorlage eines Gewerbescheins soll zur Vermittlung von Wertpapieren nicht mehr ausreichen.
- Notwendig sei ein einheitliches und strenges Anforderungsniveau für alle Vermittler von Finanzprodukten. Wie das genau aussehen soll, steht noch nicht fest.
- Zudem soll die anbieterunabhängige Verbraucherberatung gestärkt werden und das Anreiz- und Provisionssystem von Finanzvermittlern auf den Prüfstand kommen.
- Verbraucher sollen erkennen können, ob und welche Provisionen im Preis inbegriffen sind.

TEST Aktienfonds Europa

Produkt	Anbieter	ISIN	Volumen in Mio. EUR	Rating Morningstar
Durchschnitt	entfällt	entfällt	entfällt	entfällt
Franklin Mutual European A Acc Euro	Franklin Templeton	LU0140363002	2.540	*****
iShares DJ Stoxx 50	iShares	IE0008470928	759	***
StreetTRACKS MSCI Europe ETF A/I	State Street Global Advisors	FR0000001885	355	****
AriDeka CF	Deka Investment	DE0008474511	2.314	**
Fortis L Equity Europe Classic Distri	Fortis Investments	LU0034877331	1.222	**
JPM Europe Strategic Value A Dis Eur	J.P.Morgan Asset Management	LU0107398884	1.429	**
Pioneer Funds - European Research Class A EUR	Pioneer Asset Management	LU0119366440	1.355	**

Bankberatung

Alles wie gewohnt

Was haben die Banken nach der Pleite mit den Zertifikaten von Lehman Brothers und dem Konkurs der Kaupthing Edge Bank nicht alles versprochen. In Zukunft werde alles besser. Bankkunden müssten nicht mehr fürchten, übers Ohr gehauen zu werden. Die Bankberatung wollten sie umkrempeln, verloren gegangenes Vertrauen mit aller Macht zurückerobern. Sogar Reue zeigten die Banken: „Keine Frage, wir haben Fehler gemacht, das gestehe ich freimütig ein“, so der damalige Präsident des Bankenverbandes Klaus-Peter Müller in einem Interview mit der Bild-Zeitung im August 2008.

Ein Jahr später ist fast alles beim Alten. Banken locken ihre Kunden weiterhin mit unlauteren Mitteln, wie die Wettbewerbszentrale unlängst feststellte. Im Beratungsgespräch müssen Kunden weiterhin mit Verkaufsdruck rechnen, wie eine Aktion der Gewerkschaft verdi in Nordrhein-Westfalen belegt. Die Gewerkschaftler sammelten auf einer Website die Klagen von Bankmitarbeitern über den Zwang, Kunden vorzugsweise provisionsträchtige Produkte anzudrehen. Ergebnis: Fast alle Banken – Sparkassen und Volksbanken nicht ausgenommen – hätten die Zielvorgaben für ihre Bankberater im Privatkundengeschäft für dieses Jahr weiter nach oben geschraubt, berichtet verdi. Mehr noch: Neuerdings werden sogar Geschäftskunden ausgetrickst. Einige Kreditinstitute im Raum Hamburg verlangen allein für die Einräumung von Überziehungskrediten auf Geschäftskonten 0,5 Prozent Zinsen oder aber sie kassieren für den nicht in Anspruch genommenen Teil des Dispokredits freche ein Prozent Provisionen ab.

Die Branche bastelt derweil weiter am neuen Saubermannimage. So legte der Bundesverband Deutscher Banken e. V. Ende Mai 2009 Leitlinien zur Stärkung des Anlegervertrauens fest. Damit setze der Bankenverband Standards für die Geldanlage im Privatkundengeschäft“, heißt es in der Pressemitteilung.

Wer die Leitlinien liest, wischt sich allerdings verwundert die Augen. Eine Kostprobe aus dem Zehn-Punkte-Programm: „Bevor die privaten Banken Anlageinstrumente zum ersten Mal anbieten, prüfen und bewerten sie …, ob und inwieweit diese für Privatkunden geeignet sind.“ Haben sie das bislang also nicht gemacht?

Darüber hinaus gilt: „Trifft die Bank zentral eine Auswahl von Produkten, so wird sie dabei die aktuelle Markteinschätzung und die angesprochene Kundengruppe beachten.“ Haben die Banken also bislang Produkte verkauft, ohne zu schauen, ob sie zur jeweiligen Konjunktur- und Börsenlage passen oder für den Anleger geeignet sind? Der Verdacht drängt sich bisweilen auf.

Beispielsweise bei den sogenannten „Cobold-Anleihen“. Die Papiere mit dem putzigen Namen sind alles andere als lustig, sondern hochriskant. Denn mit den COrporate

Ausgabeaufschlag	Rücknahmegebühr	Wertentwicklung laufendes Jahr	Rang	Wertentwicklung 1 Jahr	Rang	Wertentwicklung 3 Jahre pro Jahr	Rang	Note Wertentwicklung insgesamt	Risiko (Volatilität)	Bewertung Risiko	Note insgesamt	Anmerkungen	Gesamturteil
entfällt	entfällt	6,82 %	3	-26,07 %	3	-10,78 %	3	3,00	19,41 %	mäßig	3,00		3. Rang
5,25 %	0,00 %	2,64 %	4	-22,97 %	3	-8,28 %	2	3,00	15,57 %	sehr niedrig	2,50		3. Rang
0,00 %	0,00 %	3,61 %	4	-24,88 %	3	-9,62 %	3	3,33	k .A.	mäßig	3,25	6)7)	3. Rang
0,00 %	0,00 %	8,39 %	3	-23,01 %	3	-10,59 %	3	3,00	0,20 %	mäßig	3,00	7)	3. Rang
5,26 %	0,00 %	6,09 %	3	-27,70 %	4	-12,55 %	4	3,67	21,74 %	erhöht	3,75		4. Rang
5,00 %	0,00 %	4,77 %	4	-30,27 %	4	-13,36 %	4	4,00	19,51 %	mäßig	3,75		4. Rang
bis 5 %	bis 0,5 %	10,20 %	3	-30,34 %	4	-15,96 %	5	4,00	24,39 %	hoch	4,25		4. Rang
5,00 %	0,00 %	7,60 %	3	-33,70 %	5	-13,40 %	4	4,00	18,87 %	mäßig	3,75		4. Rang

BOnd Linked Debt-Obligationen, so der exakte Name, wetten Sparer darauf, dass gleich eine ganze Reihe von Unternehmen bis zum Laufzeitende der Anleihe nicht pleitegehen. Nur dann sind Zinsen und Kapital gesichert. Gibt es jedoch nur bei einem Unternehmen Schwierigkeiten, tauscht die DZ-Bank den Cobold gegen Anleihen genau dieses Schuldners aus. Jetzt zeigt der listige Cobold sein wahres Gesicht: eine hässliche Risikofratze. Anleger können dann nur noch beten, dass das betreffende Unternehmen die Kurve kriegt. Sonst ist der Kapitaleinsatz futsch.

In der Finanzkrise erlitten gleich eine Vielzahl von Anlegern mit solchen Papieren einen Totalverlust. Der Grund: Lehmann Brothers war eine von sechs im Risiko stehenden Banken bei diesen Papieren. Nach deren Konkurs war das in die Cobold-Papiere gesteckte Geld komplett verloren. Ob Banken ihre Anleger auf das hohe Emittentenrisiko auch für Laien verständlich hingewiesen haben, werden demnächst die Gerichte klären.

Trotzdem bieten Genossenschaftsbanken unverdrossen neue Cobold-Papierchen an. Die Chancen und Risiken können Anleger jetzt nachlesen. Allerdings umfasst der nach der Finanzkrise überarbeitete Basisprospekt gleich 246 mehr oder minder verständliche Seiten. Die Lektüre tut sich niemand freiwillig an. Bleibt die Frage, ob die Banken getreu ihren neuen Leitlinien auch geprüft haben, ob Cobold-Papiere überhaupt für Privatkunden geeignet sind. Sind Deutschlands biedere Sparer in Wahrheit alle renditehungrige Zocker oder zählt der Cobold nicht im Grunde zu der Vielzahl überflüssiger und komplizierter Anlagen, die eigentlich kein privater Anleger braucht?

Die Bundesregierung hat aus den Erfahrungen mit der mangelnden Beratungsqualität in der Vergangenheit immerhin erste Konsequenzen gezogen. Um mehr Produkttransparenz zu schaffen und Anleger vor Falschberatung besser zu schützen, brachte sie im Juli 2009 ein neues Anlegerschutzgesetz auf den Weg. Es verpflichtet Banken unter anderem, bei Beratungen ab 2010 ein detailliertes Protokoll des Gesprächs anzufertigen, das sie dem Kunden vor Vertragsabschluss zukommen lassen müssen. Bei telefonischen Geschäftsabschlüssen muss den Anlegern im Nachhinein ein schriftliches Protokoll vorgelegt werden, das sie dann eine Woche lang prüfen können. Zudem wird die Verjährungsfrist für Schadensersatzansprüche von drei auf längstens zehn Jahre angehoben.

Info | So viel verdient der Vermittler

Provisionen von Bank- und Versicherungsprodukten in Prozent der Anlagesumme

Geschlossene Fonds	5 – 10 %
Lebens-/Rentenversicherungen (auch Riester- und Rürup-Renten, Berufsunfähigkeitsversicherungen)	2,5 – 6,5 % der Beitragssumme
Aktienfonds	4 – 4,8 %
Zertifikate	3,5 %
Rentenfonds	1,8 – 2,7%
Geldmarktfonds	0 – 2 %
Bausparvertrag	1 % der Bausparsumme
Anleihen	0,5 %

Anmerkung: Abschluss- und Vermittlungsprovisionen, laufende Bestandsprovisionen kommen ggf. hinzu.

Stand: Juli 2009

Quelle: Eigene Recherchen

Kompakt

Kontrolle ist besser

Protokolle sollten Anleger stets penibel prüfen. Selbst ein korrekt ausgefülltes Protokoll schützt nicht vor Falschberatung. Mit ihrer Unterschrift bestätigen Kunden nicht nur die korrekte Wiedergabe des Beratungsgesprächs, sondern auch, dass die Anlageempfehlung ihren Wünschen entspricht. Diese Tipps sollten Ssie beherzigen:

- Prüfen Sie alle Angaben, insbesondere ob Ihr Risikoprofil korrekt wiedergegeben wurde.
- Zusatzangaben in den Protokollen, die Ihre Angaben relativieren, deuten darauf hin, dass Ihnen nur ein bestimmtes Produkt verkauft werden soll. Verweigern Sie die Unterschrift und verzichten Sie auf weitere Beratung bei diesem Institut.
- Fragen Sie nach allen Kosten. Lassen Sie sich diese schriftlich auflisten.
- Unterschreiben Sie niemals ein Protokoll, wenn Ihnen die Risiken, Renditen und Kosten des empfohlenen Produkts nicht völlig klar sind. Funktion und Wirkungsweise Geldanlage sollten Sie hundertprozentig verstanden haben und nachvollziehen können.
- Lassen Sie sich Zeit für eine endgültige Entscheidung und prüfen Sie das Angebot in Ruhe zu Hause noch einmal. Idealerweise lässt man sich Angebote von verschiedenen Anbietern machen. Ein seriöser Anlageberater wird Sie nicht zu einer Vertragsunterschrift drängen.
- Schieben Sie die Prüfung des Beratungsprotokolls sowie aller Unterlagen insbesondere bei telefonischen Vertragsabschüssen nicht auf die lange Bank. Die Widerspruchsfrist ist mit einer Woche knapp bemessen. Aus welchen Gründen auch immer – falsche Angaben im unterschriebenen Protokoll können spätere Schadenersatzforderungen nahezu unmöglich machen.
- Konsultieren Sie bei geringsten Zweifeln, ob das Produkt zu Ihnen passt, eine Verbraucherzentrale. Legen Sie das Beratungsprotokoll vor.

Inflation oder Deflation – wie geht es nach der Krise weiter

Wo das Geld in Zukunft noch sicher ist, hängt ganz entscheidend vom Ausgang der Krise ab. Weil das jedoch niemand mit Sicherheit vorhersagen kann, sollten sich Anleger auf verschiedene Szenarien einstellen. ÖKO-TEST zeigt, welche konjunkturellen Entwicklungen Wirtschaftsexperten derzeit diskutieren – und welche Auswirkungen das für Börse und Geldanlage hat.

Szenario A: Neuauflage der großen Depression von 1930

80 Jahre ist es her, seit am 24. Oktober 1929 die US-Börse zusammenbrach – und die Welt in einen großen Depressionsstrudel mitriss. Schließlich waren die USA seinerzeit mit Abstand die größte Exportnation. Der Wirtschaftseinbruch jenseits des Atlantiks breitete sich daher rasch über den ganzen Globus aus. Verstärkt durch protektionistische Maßnahmen kam es zu einem massiven Rückgang des Welthandels, gefolgt von einer Pleitewelle bei Unternehmen, Massenarbeitslosigkeit und fallenden Verbraucherpreisen.

Für die USA ist das damalige Szenario noch heute ein nationales Trauma. Deshalb setzen die Amerikaner alles daran, dass sich so etwas nicht wiederholt. Die Wahrscheinlichkeit, dass die Depression der 30er-Jahre noch einmal Realität wird, ist daher sehr gering – wenn auch nicht völlig ausgeschlossen. Entscheidend sind zwei Faktoren: Zum einen müsste sich die Schieflage der Kreditwirtschaft noch dramatischer erweisen als angenommen – und die Angst vor Bankenpleiten wieder um sich greifen. Können die Regierungen der Welt einen Banken-GAU und Massenflucht der Sparer nicht verhindern, wird es eng.

Weiteres Problem: Die weltweit bereitgestellte Liquidität kommt nicht bei den Unternehmen an. Den Banken geht es so schlecht, dass sie Geld horten statt es zu verleihen. Das könnte die Pleitewelle bei Unternehmen forcieren, mit bitteren Folgen für den Arbeitsmarkt, den Konsum und die Verbraucherpreise.

In einem solchen Szenario könnte nicht nur die Wirtschaftsleistung in Deutschland auf Jahre hinaus schrumpfen. Rückläufige Preise – auch für Rohstoffe – und sinkende Börsenkurse lassen Anleger in Bargeld flüchten, weil die Deflation dessen realen Wert steigert. Daneben sind sichere Staatsanleihen höchster Bonität und ggf. Goldanlagen (Münzen und Barren) Trumpf.

Szenario B: Japanische Verhältnisse

Viele Unternehmen klagen, sie hätten erhebliche Schwierigkeiten, notwendige Kredite zu bekommen. Das schürt die Angst von steigenden Unternehmenspleiten, steigender Arbeitslosenraten und einer anhaltenden scharfen Rezession. Eine Sorge, die auch Jean-Claude Trichet teilt. Der Chef der Europäischen Zentralbank (EZB) hat den Kreditinstituten erst kürzlich eine halbe Billion Euro zur Verfügung gestellt – zu einem Prozent Zinsen.

Doch statt das Geld in den Wirtschaftskreislauf zu schleusen, parken die Banken den Großteil davon auf den Zentralbankkonten der EZB – für 0,25 Prozent Zins. Ein Verlustgeschäft, das die momentane Verunsicherung zeigt. Doch um die Kreditklemme zu beseitigen, müssten Banken erst ihre Bilanzen bereinigen, meint EU-Wirtschafts- und Währungskommissar Joaquin Alumnia.

Er mahnt daher mehr Tempo bei den Aufräumarbeiten im Finanzsystem an. Andernfalls drohen japanische Verhältnisse. Als dort Anfang der 90er-Jahre eine lokal begrenzte Aktien- und Immobilienblase platzte, saßen die Banken ebenfalls auf einem Berg fauler Kredite. Zehn Jahre lang pendelte die Konjunktur zwischen Rezession und mickrigem Wachstum, während die Notenbank die Zinsen nahe null halten musste. Binnen einer Dekade spendiert der japanische Staat umgerechnet 1,2 Billionen Dollar für Konjunkturprogramme. Das kann den schleichenden Preisverfall jedoch nicht stoppen. Die Trendwende bleibt aus.

Solange das Großreinemachen bei den Banken nicht abgeschlossen ist, könnte ein solches Szenario auch den EU-Ländern drohen. Für Anleger ist dann Sicherheit bei der Geldanlage Trumpf. Bevorzugte Anlagen sind erstklassige Staatsanleihen und mittelfristige Bundeswertpapiere. Theoretisch könnten sich auch Besitzer von Lebens- und Rentenversicherungen freuen. Sie kassieren auf ihre Policen zwar niedrigere Renditen als erwartet, doch stabile Preise sorgen für realen Werterhalt. Einziges Problem: Etliche Versicherer können ein solches Szenario nicht lange durchhalten. In einem Umfeld aus niedrigen Zinsen und eher rückläufigen Aktienkursen können sie garantierte Leistung von Altpolicen mit 3,5 oder 4,0 Prozent Rechnungszins nämlich nicht mehr erwirtschaften. Das bedeutet: Sie müssen entweder aus ihren Reserven zubuttern – oder sie gehen pleite, wie zahlreiche japanischen Lebensversicherer in den 90er-Jahren. Ob die Geldanlage in Lebensversicherungen eine gute Wahl ist, hängt daher ganz entscheidend von der Finanzstärke des jeweiligen Unternehmens ab.

Neben Aktien ist Gold der prominenteste Verlierer eines solchen Szenarios. Ohne Inflationspanik verliert das gelbe Metall deutlich an Attraktivität.

Szenario C: Reflation – die Preissteigerungsraten der 70er-Jahre kehren zurück

In einer Krise sollen die Regierungen und Notenbanken zu finanz- und geldpolitischen Maßnahmen greifen, um die

Nachfrage anzukurbeln, so lautet die zentrale These des 1946 verstorbenen britischen Ökonomen John Maynard Keynes. Nach seinem Rezept sind daher auch die Rettungspakete gestrickt, die seit Oktober 2008 weltweit für Banken und Konjunktur geschnürt worden sind. Gelingt es den Regierungen, mit ihren Kapitalinfusionen den Absturz der Wirtschaft zu stoppen, könnte sich die Konjunktur schon bald wieder erholen.

Einziges Problem: Weil niemand den Zeitpunkt der Stabilisierung exakt vorhersagen kann – und immer wieder auch zwischenzeitliche Rückschläge drohen –, treten die Zentralbanken womöglich zu spät auf die Geldbremse. Kurz: Es gelingt ihnen nicht, die gigantische Liquiditätsflut der Anti-Krisen-Programme rechtzeitig abzuschöpfen. Wenn dann zugleich die Nachfrage sprunghaft steigt, die Hersteller ihre in der Krise gedrosselte Produktion aber nicht schnell genug hochfahren können, werden die Preise kräftig steigen. Die Erfahrungen der 60er- und 70er-Jahre haben aber gezeigt, dass man in den USA und Europa mit einer moderaten Inflation von rund fünf bis zehn Prozent sehr gut leben kann.

In einem solchen Szenario sind Aktien, Rohstoffwerte und Immobilien Trumpf. Denn Sachwertanlagen bieten den besten Inflationsschutz, Staatsanleihen verlieren dagegen ihren Reiz als sicheren Hafen – zumal steigende Zinsen auf die Kurse drücken. Auch Sparbücher und Sparbriefe bieten keinen ausreichenden Inflationsausgleich. Allenfalls mit Tagesgeld- oder kurzfristigen Festgeldanlagen sind Sparer dann etwas besser dran – sofern steigende Zinsen auch rasch an die Kunden weitergegeben werden. Die Goldanlage ist dagegen reizlos, solange die Inflation keine zweistelligen Raten erreicht.

Szenario D: Die Hyperinflation

Die zur Bekämpfung der weltweiten Wirtschaftskrise aufgelegten, milliardenschweren Konjunkturpakete lassen die Haushaltsdefizite der Industrienationen derzeit explosionsartig wachsen. Ausufernde Staatsschulden sind jedoch ein gefährlicher Preistreiber. Für die Regierungen ist es allemal bequemer, die Schulden durch Inflation real zu entwerten, als die Ausgaben im Staatshaushalt zu senken oder die Steuern zu erhöhen. Deshalb steigt die Gefahr, dass die Zentralbanken auf Druck der Politik, insbesondere aus den USA, die aufgeblähte Geldmengenbombe viel zu spät entschärfen. Das könnte bei anziehendem Wirtschaftsaufschwung zu stark steigenden Teuerungsraten, schlimmstenfalls sogar zu einer Hyperinflation führen – vor allem wenn die Anleger das Vertrauen in die staatlichen Schuldner verlieren und deren Anleihen massenhaft abstoßen oder Risikozuschläge in Form höherer Zinsen fordern.

Erste kleine Anzeichen gibt es bereits. Hoch verschuldete Länder wie Griechenland, Spanien und Irland müssen längst höhere Zinsen für ihre Anleihen zahlen als der deutsche Staat. Die USA und neuerdings auch Großbritannien fahren sogar ein besonders lasterhaftes Schuldenmodell – weil die Zentralbanken die wachsende Staatsverschuldung mit der Notenpresse finanzieren. Ein solches Szenario war schon immer die Brutstätte für eine Hyperinflation.

Kein Wunder daher, dass die Angst vor zweistelligen Inflationsraten den Goldpreis seit Jahresbeginn schon treibt. Papiergeld verliert bei zweistelligen Preissteigerungsraten schnell an Wert. Außerdem mündeten Hyperinflationen bislang immer in einer Währungsreform. Da kann Gold – solange es nicht von der Politik konfisziert wird – ein stabileres Wertaufbewahrungsmittel sein. Die Lieblingsanlagen deutscher Sparer, wie Sparguthaben, Tages- und Festgeldanlagen oder Sparbriefe verlieren dagegen sofort an Wert, sobald die Inflationsrate die Habenzinsen übersteigt. Auch Lebens- und Rentenversicherungen kommen bei explodierenden Teuerungsraten schnell unter die Räder.

Sachwerte wie Aktien können das Vermögen dagegen erhalten. Immobilien, insbesondere Wohnimmobilien helfen ebenfalls, eine Phase von Hyperinflation zu überstehen.

Info | Wette auf die Zukunft

Welche Anlagen je nach Krisenszenario profitieren

Anlage	Szenario A Große Depression	Szenario B Japanische Verhältnisse	Szenario C Reflation	Szenario D (Hyper-)Inflation	Wertentwicklung auch stark abhängig von
Tagesgeld/Bargeld	o bis +	– bis +	o bis +	–	Umfang Einlagensicherung
Sparbriefe	–	o	–	–	Umfang Einlagensicherung
Bundesobligationen	o	–	–	–	Rating Bundesrepublik
Lang laufende Staatsanleihen	+	o	–	–	Länderbonität
Unternehmensanleihen	–	o bis –	o bis +	–	Schuldnerbonität
Inflationsgeschützte Anleihen	–	–	+	++	Inflationstrend
Lebens-/ Rentenversicherungen	–	– bis +	o	–	Bonität des Versicherers
Aktien	–	o bis –	+ bis ++	o	Bonität des Unternehmens, Wachstumschancen
Immobilien	–	–	+	+	Lage, Objekttyp
Gold und Goldminen	o	–	–	++	Inflationserwartung, Spekulation, Goldreserven der Zentralbanken
Rohstoffe	–	o	+ bis ++	++	Konjunkturtrend, Spekulation

Legende: ++ = sehr gut, + = gut, o = neutral, – = negativ

TEST SutorRiesterDepot macht Vermittler froh

Was es ist: *SutorRiesterDepot* ist ein staatlich geförderter Fondssparplan zur Altersvorsorge. Bis Rentenbeginn wird in Investmentfonds angelegt.

Was es bringen soll: Um den optimalen Mix zwischen hohen Performancechancen und Anlagesicherheit zu erreichen, soll nach dem Lebenszyklusmodell investiert werden: Bis 24 Jahre vor Rentenbeginn in aktienhaltige Fonds, danach peu à peu in sichere Renten- und offene Immobilienfonds. Neben vier Dachfonds von Hansa Invest stehen namhafte internationale Aktienfonds zur Auswahl. Es wird damit geworben, dass der Sparplan ungefördert ein Steuersparmodell ist, da in der Ansparphase keine Abgeltungssteuer anfällt. Wählt der Sparer den Auszahlplan anstelle der Leibrente, ist das Restguthaben vererbbar.

MAX HEINR. SUTOR oHG
BANK FÜR VERMÖGENSENTWICKLUNG

Wo es hakt: Das *SutorRiesterDepot* ist nur über den Vermittler, die Multi-Invest Gesellschaft für Vermögensbildung mbH, Frankfurt, erhältlich. Die kassiert jedoch kräftig ab: Zum einen die Provisionen aus dem Riester-Fonds-Sparplan: Von den bis zu 5,54 Prozent Ausgabeaufschlag für den Fondskauf, erhält der Vermittler bis zu 80 Prozent. Auch von den jährlichen fondsinternen Gebühren – bis zu 1,68 Prozent – gehen 80 Prozent als „Bestandsprovision" für Bank und Vermittler ab. Hinzu kommen jedes Jahr 25 Euro Kontogebühr und laufende Verwaltungskosten von maximal 20 Euro. Nicht gerade billig. Der „Clou" jedoch ist die gesonderte Vermittlungsvereinbarung, mit der sich der Kunde verpflichtet, weitere 6,5 Prozent der Beitragssumme als Provision an den Vermittler zu zahlen. Macht bei einem 30-Jährigen mit rund 162 Montagsbeitrag bis 65, mal eben 4.427,15 Euro extra Vermittlungsprovision. Diese wird entweder mit den ersten Beiträgen verrechnet – dann fließt rund zwei Jahre kein Geld in den Riester-Fondssparplan, sondern an den Vermittler – Folge: die Sparer erhalten in dieser Zeit auch keine Zulagen. Oder die Provision wird zu 80 Prozent mit den ersten Beiträgen verrechnet. Dann gibt es aber kaum Förderung, bis die Provision abgestottert ist. Der Grund: Fließen nur 20 Prozent vom notwendigen Eigenbeitrag auf den Riester-Sparplan, werden die Zulagen entsprechend gekürzt. Das Finanzamt erkennt ebenfalls nur die tatsächlich auf das Riester-Konto geflossenen Beiträge und Zulagen als Sonderausgabe an. Alternativ kann man die Provision in monatlichen Raten als Extrabeitrag zahlen. Das bedeutet aber doppelte Beiträge.

Was wir davon halten: Das Produkt ist exorbitant teuer. Und: Bank und Vermittler tricksen genau jene Vorschriften aus, mit denen der Staat die übermäßige Vorwegbelastung von Riester-Verträgen mit Provisionen gerade verhindern wollte. Deshalb: Finger weg vom *SutorRiesterDepot*.

Foto: irisblende.de

Schuldenreport 2009 | Unverantwortliche Banken

(lie) Viele Banken ködern Verbraucher mit Kreditverträgen, die sie wirtschaftlich überfordern. Haben ihre Kunden dann während der Vertragslaufzeit Probleme mit der Rückzahlung, bieten die Geldinstitute oft überteuerte Umschuldungen an, die sie noch tiefer in ein Schuldenkarussell treiben. Dies ist ein Ergebnis des aktuellen Schuldenreports 2009, herausgegeben von Verbraucher- und Wohlfahrtsverbänden. Diese fordern nun die Politik auf, Banken, die in solcher Weise unverantwortlich Kredite vergeben, zur Verantwortung zu ziehen. Für die betroffenen Kunden müssten die Kreditraten im Falle längerer Einkommensausfälle angepasst werden, ohne sie durch zusätzliche Bearbeitungskosten und den verpflichtenden Abschluss von weiteren Verträgen noch mehr zu belasten.

EU-Flüge | Einfacher Klagen

(lie) Flugreisende können bei einem Streit um Entschädigungen im Luftverkehr jetzt einfacher vor Gericht ziehen. Nach einer Entscheidung des Europäischen Gerichtshofes (Az. C-204/08) kann die Klage eines Kunden auf pauschalen Ausgleich wegen einer Flugannullierung sowohl beim Gericht des Abflugs- als auch des Ankunftsortes erhoben werden. Geklagt hatte ein Fluggast aus München, dessen Flug mit der Airline Air Baltic wegen einer Annullierung umgeleitet worden war. Die Fluggesellschaft hatte zunächst erfolgreich gegen ein erstes Urteil des Erdinger Amtsgerichts Berufung eingelegt, mit der Berüdung, zuständig sei ausschließlich das Gericht am Firmensitz der Gesellschaft.

Zahnersatz im Ausland | Kasse fragen

(lie) Krankenkassen müssen Zahnersatzbehandlungen im Ausland nur bezahlen, wenn sie die Kosten vorher genehmigt haben, so das Bundessozialgericht (Az. B 1 KR 19/08 R). Eine Frau hatte sich in Tschechien neue Zähne machen lassen und klagte gegen ihre AOK, die den Zuschuss von 1.810 Euro wegen fehlender Vorabgenehmigung verweigerte. Eine Genehmigungspflicht sei im europarechtlich geschützten freien Dienstleistungsverkehr unzulässig, so die Versicherte. Die Richter sahen keine Benachteiligung, da diese Leistungen auch in Deutschland vorab von der Kasse genehmigt werden.

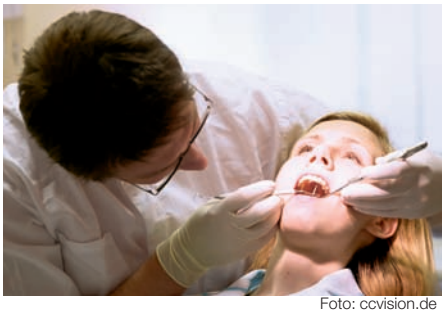


Foto: ccvision.de

Foto: irisblende.de

Drohende Kündigung | Fall für die Rechtschutzpolice

(lie) Auch wenn der Arbeitgeber nur mit der Kündigung droht, handelt es sich um einen Versicherungsfall für die Rechtschutzpolice, so der Bundesgerichtshof (Az. IV ZR 305/07). Bisher hatten Versicherer in vielen dieser Fälle eine angeforderte Deckungszusage verweigert. Ihre Begründung: Der Rechtsschutzfall, also eine Kündigung, sei noch nicht eingetreten.

Unternehmensgründungen | Schlusslicht Deutschland

(lie) 1,95 Millionen Menschen gaben im letzten Jahr an, die Gründung eines eigenen Unternehmens zu planen oder in den letzten drei Jahren realisiert zu haben. Mit einem Anteil von 3,8 Prozent der erwerbsfähigen Bevölkerung ist dies eines der niedrigsten Gründungsniveaus aller 43 an der Untersuchung beteiligten Staaten. Die Angst zu scheitern hält viele von der Gründung ab, so ein Ergebnis einer internationalen Studie aus fast 127.000 Interviews, die in Zusammenarbeit mit der Uni Hannover entstand. Dabei bekamen die Rahmenbedingungen für Gründungen in Deutschland von den hier befragten 4.700 Personen vergleichsweise gute Noten.

Foto: image library

Gesetzliche Unfallversicherung | Exklusiv-Tour nicht versichert

Foto: gundolf/sxc.hu

(lie) Eine vom Arbeitgeber als Motivationsveranstaltung für verdiente Kollegen angebotene Canyoning-Tour ist keine betriebliche Gemeinschaftsveranstaltung und steht nicht unter dem Schutz der gesetzlichen Unfallversicherung. Das Hessische Landessozialgericht (Az. L 3 U 249/08) entschied den Fall einer Abteilungsleiterin, die sich, beim Abseilen in eine Schlucht, am Auge verletzte und deren Antrag auf Entschädigung die zuständige Berufsgenossenschaft ablehnte. Die Tour sei zwar im Rahmen eines Teammeetings angeboten worden, trotzdem aber keine betriebliche Gemeinschaftsveranstaltung gewesen, da nicht alle Beschäftigten teilnehmen konnten.

Elterngeld | Wechsel der Steuerklasse erlaubt

(lie) Eltern dürfen vor der Geburt ihres Kindes die Steuerklasse wechseln, um ihren Nettolohn zu erhöhen (Bundessozialgericht Az. B 10 EG 3/08 R). Der Wechsel ist eine legale steuerrechtliche Gestaltungsmöglichkeit und kann nicht als Rechtsmissbrauch der Eltern gewertet werden, so die Richter. In welcher Höhe Elterngeld ausgezahlt wird, hängt vom Nettolohn der vergangenen zwölf Monate ab und kann je nach Steuerklasse um mehrere Hundert Euro variieren.

Foto: creatas

Marktplatz überregional

Auch Sie wollen mit Ihrer Anzeige über 1,85 Millionen LeserInnen erreichen?
Rufen Sie einfach an: 069/9 7777-140 – oder mailen Sie an: anzeigen@oekotest.de
Preise unter www.media.oekotest.de

Bildung & Karriere

Neue Berufsziele – ZUHAUSE STUDIEREN

HEILPRAKTIKER - TIERHEILPRAKTIKER - TIERPSYCHOLOGIE
Baubiologe - Gesundheitstrainer - Reflexzonen-Masseur
Akupunktur - Trad. Thai-Massage - Kosmetikerin/Fußpflege
NLP - Psychologischer Berater - Psychotherapie - Graphologie
Heilpraktiker Kinderheilkunde - Kinderpsychologischer Berater
Alternative Tiermedizin - Tier-Akupunktur und Homöopathie

Institut Kappel Wuppertal
Höchsten 3
Postfach 13 16 52
D-42043 Wuppertal
Studiensekretariat:
Zentrale Telefon: 0202 - 440421
Fax: 0202 - 244 39 80
www.institut-kappel.de

GRATIS 40-seitiger Studienkatalog

HeilpraktikerIn
Psycholog. BeraterIn ALH
GesundheitsberaterIn ALH

www.alh-akademie.de

Staatliche Zentralstelle für Fernunterricht – Zugelassen Nr. .....

Das erfolgreiche Fernstudium. Seit 1967.

Umfassend, kompakt, intensiv: Berufsbegleitende, staatlich zugelassene Fernlehrgänge mit integrierten Seminaren. 4-Wochen-Probestudium - Studienbeginn jederzeit.

- ❑ HeilpraktikerIn
- ❑ GesundheitsberaterIn ALH
- ❑ Psychotherapie (nach HP-Gesetz)
- ❑ FußfachpflegerIn ALH
- ❑ Psycholog. BeraterIn ALH
- ❑ SeelsorgerIn
- ❑ Schriftpsychologie
- ❑ Seelische Gesundheit im Kindesalter
- ❑ NEU: Suchtberatung
- ❑ Persönlichkeitsentwicklung und Berufserfolg
- ❑ NEU: Philosophie

Jetzt kostenlos Info C 21 anfordern! T. 02129-940240

Akademie für ganzheitliche Lebens- und Heilweisen
Memeler Str. 25 · 42781 Haan · info@alh-akademie.de
Fon 0 21 29 - 940 240 · Fax 0 21 29 - 940 222

030/259 008-0

Natürlich professionell

- Naturkost-Fachberater/in
- Gesundheitsberater/in FBB
- Ernährungscoach FBB
- Naturkosmetik-Fachberater/in
- Sozialmanager/in
- Management im Gesundheitswesen

Staatlich zugelassen - 100% Förderung möglich. Wir beraten Sie gern!

www.forum-berufsbildung.de
Charlottenstr. 2, 10969 Berlin
FORUM BERUFSBILDUNG

Familienlotsin/Mütterpflegerin:
Helfen Sie, ein herzliches Willkommen auf dieser Erde zu gestalten; die Lebensqualität unserer Kinder, Mütter und Väter zu verbessern – glückliche Eltern = glückliche Kinder! Tel: (0641) 42221
E-Mail: info@hebamme-heidorn.de

Neue Berufe – Neue Chancen

Heilpraktiker/in	Psychotherapie
Gesundheitsberater/in	Psychologische/r Berater/in
Ernährungsberater/in	Ausbilder/in AT und PM
Fitness- und Wellnesstrainer/in	Erziehungs- und Entwicklungsberater/in

Staatlich zugelassene Fernlehrgänge mit Wochenendseminaren in vielen Städten.

Impulse e. V.
Rubensstr. 20a · 42329 Wuppertal
Tel. 0202/73 95 40 · www.Impulse-Schule.de

Reisen & Freizeit

CINQUE TERRE - WANDERN & MEER
FeWo. od. Haus mit Terrassen, traumhafter Meerblick. Ideal für Küstenwanderungen + schwimmen.
Tel.: 0039 335 6871576
Internet: www.arucca.com

Essen & Trinken

TOP-BIOWEINE
Frankreich - Italien
direkt vom Importeur
12 Fl. frei Haus € 59,-
www.biowein-direkt.de

---

bioweingut24.de
Weine aus kontrolliert ökologischem Anbau
Weingut Laurentiushof
56814 Bremm an der Mosel
Tel: (02675) 508 Gartenstraße 13

Haus & Wohnen

individuell in Holz
THÜRINGER HOLZHAUS

www.thueringer-holzhaus.de
Puschkinstr. 18 99084 Erfurt
Tel: 03 61/ 5 66 10 -97 Fax: -88

Freude am Wohnen.

Jetzt kostenlos Informaterial anfordern!

frammelsberger
HOLZHAUS

D - 77704 Oberkirch • Tel. 07802 9277-0
www.frammelsberger.de

Faszination massiver Blockhäuser
Kreative Leichtigkeit moderner Holzhäuser
Mark-Massivholzhaus
baubiologisch, wohngesund und individuell
Ganz nach Ihrem Stil und Geschmack
Telefon +49(0)6825-495-183
michael.mark@t-online.de
www.mark-massivholzhaus.eu

Wohlfühlen im Niedrigenergiehaus
- ökologische und baubiologische Fachkompetenz
- individuelle Lösungen
- günstiges Preis/Leistungsverhältnis

SKAN-HUS® GmbH

Skan-Hus GmbH
69488 Birkenau · Tel.: 0 62 01/18 69 36
www.skan-hus.de

Das NaturKlimaHaus

NaturKlimaHaus

- aus Mondphasenholz
- Lehmsteine, Lehmöfen
- naturreinen Baustoffen...
- freie Architektenplanung
- zum garantierten Festpreis

NaturKlimaHaus SB GmbH
Max-Braun-Str. 6 97828 Marktheidenfeld
www.naturklimahaus.de
Tel: 09391 / 504 -104

bundesweit

Haus & Wohnen

HOLZHAUSPLUS
GmbH & CO.KG

Gesund- Energiesparend
Selbstbaugeeignet

*

Preis für Umwelt und Gesundheit
von WELEDA und BUND

Förderpreis
Nachwachsende
Rohstoffe NRW

*

Thälmannstrasse 86
16348 WANDLITZ
0049 – 33397 68 388
www.holzhausplus.de

Interessantes zum Schluss:
Die besten Holzhäuser kommen aus dem Sauerland! Edles Design, feinste Technik, erstklassige Betreuung:
Becker-Haus - Natürlich aus Holz
Tel: (0 29 82) 92 14 20 oder hier klicken:
Internet: www.becker-haus.com

Familienhäuser zum Wohlfühlen

mit einzigartigem Gesundheitskonzept, ökologischem Wohnklima und besten Energiesparwerten.

Bestellen Sie jetzt unsere kostenlose Stilwelten-Kollektion unter
Telefon 0 83 36 - 9000
info@baufritz-ot.de
www.baufritz-ot.de

BAUFRITZ
SEIT 1896

Business to Business

Telefon-Marketingprofi

20 Jahre Erfahrung,
vermittelt auch Ihnen Aufträge!

Norbert Hirt, Untere Fischerstraße 17, 90762 Fürth
Rufen Sie uns an: 0911 568 38 39
E-Mail: norberthirth@norberthirth.de

Wir arbeiten auf Erfolgshonorarbasis !

Renovieren & Modernisieren

Naturfarben zu teuer?
... dann die gesunden **Sehestedter Naturfarben**

Alter Fährberg 7, 24814 Sehestedt **Tel.: 04357-1049 - FAX: 04357-750**
E-Mail: info@chito.com - großer Internet-Shop: http://www.sehestedter-naturfarben.de

Produzent mit Direktversand. **Ohne Zwischenhandel ab Fabrik!**

Sie wollen ein **Holzhaus imprägnieren**, oder in Ihrer Wohnung die **Wände streichen oder lasieren**, oder den Fußboden ölen? Wir bieten Ihnen die größte Farb- und Produktpalette, hergestellt zu günstigsten Preisen und **liefern per UPS ins Haus!** Neue Produktbeschreibung + Preisliste anfordern!

Renovieren & Modernisieren

HESEDORFER
Naturfarben

Wachse • Öle • Lasuren • Wandfarben • Pflege
Mühlenweg 19 • 27404 Gyhum
www.hesedorfer.de • Annette Buck e.K.
Freecall: 0800 - 437 87 30

Heizen & Energie

Gesunde Strahlen = Wärmestrahlen

Der besondere Gusskachel-Ofen aus Guss und Keramik
DPN-Nr. 3104066 C2 geprüft nach DIN 18 890

verschiedene Farben und Größen auch mit Wärmetauscher

TÜV geprüft für neue und bestehende Heizungsanlagen als Komplettsystem

RINK kachel® thermo

RINK-KACHELOFEN GmbH
35708 Haiger 2-Sechshelden · Am Klangstein 18
Tel: (02771) 300 300 · www.Rink-Kachelofen.de

Kinder & Spielen

HASE BIKES
Pino – das Familientandem für Alltag und Ausflug.
www.hasebikes.com

nachwachsende Rohstoffe
nawaro
Wasserfarbkasten
Wachsmalkreiden
Straßenmalkreide
Textil-Malkreide
Fingerfarben
SOFT-Knete
Klebstoff
Eier-Malkasten
Eier-Färbefarben
Textilfärbefarbe, Maltropfen, Zaubermaler, Fasermaler, Buntstifte, Bunte Knete, Klebstoffe, und mehr.
für Kinder, Künstler, Kreative im Naturwaren-Fachhandel
ökoNORM® NATURFARBEN Naturprodukte
www.oekonorm.com

das Original seit 1972
DIDYMOS®
Erika Hoffmann
Das Babytragetuch.
• 100% KbA-Qualität •
ab € 45,-
Leihtücher, kostenlose Broschüren:
DIDYMOS • Erika Hoffmann
Alleenstr. 8 • D-71638 Ludwigsburg
Tel.: 0 71 41/ 92 10 24
Fax: 0 71 41/ 92 10 26
www.didymos.de
ÖKO-TEST sehr gut

Privat an Privat

Gemeinschaftssuche/gründung:
In-/Ausland, groß/klein, Seminare/Beratung. Adressen, Literatur
ÖKODORF
Alpenblickstraße 12
79737 Herrischried
Tel: 07764/933999
E-Mail: oekodorf@gemeinschaften.de

Marktplatz regional

Nach Postleitzahlen geordnet

PLZ 00000

HAACKE natur
Das Gesundheitshaus
Dipl.-Ing. Jörg Zielke
Telefon (0 33 27) 48 57 16
Bernhard Stehr
Telefon (0 33 27) 48 57 35
Christian Puls
Telefon (0 51 41) 80 52 31
www.haacke-natur.de
info@haacke-natur.de

Natürlich Dämmen GmbH Dresden
Adlerstr. 1
01689 Weinböhla
Tel.: 035243/32611
Fax: 035243/32647
E-Mail: info@natuerlich-daemmen.de
Internet: www.natuerlich-daemmen.de

klimaPOR®
//Wir bauen für Ihre Gesundheit
H+L Baustoff GmbH
www.klimapor.de

FARBE & NATUR
Fachmarkt
Zwickauer Str. 30/32
08393 Meerane
Tel: 03764/2320
Fax: 03764/47252
E-Mail: ff-markt-meerane@t-online.de
Internet: www.farbeundnatur.de

Privatbrauerei Seit 1880
GLÜCKAUF BIERE
aus Gersdorf
Glückauf-Brauerei GmbH Gersdorf
Hauptstraße 176 • 09355 Gersdorf
Telefon 037203/910-0
Telefax 037203/4231
Internet: www.glueckaufbiere.de
E-Mail: service@glueckaufbiere.de

„Wem gehört die Welt? Uns Frauen jedenfalls nicht!"
Thérèse, Elfenbeinküste, Mitglied der Frauengruppe „Yego Daabre", die von MISEREOR unterstützt wird
Verändern sie die Welt!
www.misereor50.de
Mit Zorn und Zärtlichkeit an der Seite der Armen
50 MISEREOR IHR HILFSWERK

PLZ 10000

HAACKE natur
Das Gesundheitshaus
Dipl.-Ing. Jörg Zielke
Telefon (0 33 27) 48 57 16
Bernhard Stehr
Telefon (0 33 27) 48 57 35
Christian Puls
Telefon (0 51 41) 80 52 31
www.haacke-natur.de
info@haacke-natur.de

BÜRO WILDENHAYN
Bauplanung - Bauausführung
ANDERE HÄUSER BAUEN
vernünftig.ökologisch
nachhaltig
fon 03342-31913 fax 31914
www.wildenhayn.de

BAUFRITZ SEIT 1896
Gabriele Nowotny · Freie Handelsvertretung
Hasenheide 47 · 10967 Berlin
Tel. 030 - 805 723 55 · Fax 805 723 56
Mobil 0178 - 415 864 41
Gabriele.Nowotny@baufritz.de

klimaPOR®
// Wir bauen für Ihre Gesundheit
H+T Naturhaus
das Beste aus Ton und Holz
www.ht-naturhaus.de
Bucherstrasse 65 - 16341 Panketal
Tel.030 - 947 952 15 Fax: 947 960 24

klimaPOR®
//Wir bauen für Ihre Gesundheit
Lindenstraße 43 • 14467 Potsdam
Tel. 0331-200 97 250 • Fax 0331-200 97 252
Email buero@gruenhaus-architekten.de

klimaPOR®
//Wir bauen für Ihre Gesundheit
oekia
Ingenieur- und Planungsgesellschaft mbH

PLZ 20000

HAACKE natur
Das Gesundheitshaus
Dipl.-Ing. Jörg Zielke
Telefon (0 33 27) 48 57 16
Bernhard Stehr
Telefon (0 33 27) 48 57 35
Christian Puls
Telefon (0 51 41) 80 52 31
www.haacke-natur.de
info@haacke-natur.de

Prima Klima? ... auch im Sommer!
81fünf®

Zimmerei A. Johnsen
22969 Witzhave
tel. 04104- 6741
www.zimmerei-johnsen.de
www.81fuenf.de
das etwas bessere Passivhaus

Mit Ihrer Stiftung sichern Sie die Zukunft vieler Kinder.
SOS-Kinderdorf-Stiftung
Petra Träg
Renatastraße 77 · 80639 München
Telefon 089 12606-109
stiftung@sos-kinderdorf.de
www.sos-kinderdorf-stiftung.de

PLZ 30000

HAACKE natur
Das Gesundheitshaus
Hardy Keller
Telefon (0 61 01) 49 92 91
Christian Puls
Telefon (0 51 41) 80 52 31
www.haacke-natur.de
info@haacke-natur.de

HINTERLÄNDER BRAUHAUS
HINTERLÄNDER

HINTERLÄNDER Brauhaus GmbH
Sandstraße 2
35236 Breidenbach-Wolzhausen
Telefon: 0 64 65 - 91 21 81
biergenießer@hinterlaenderbrauhaus.de
www.hinterlaenderbrauhaus.de

CO² Reduktion? ... natürlich!
81fünf®

wolf ökohäuser
35110 Frankenau
tel. 06455- 665
www.wolf-oekohaeuser.de
www.81fuenf.de
das etwas bessere Passivhaus

Kolb & Müller GmbH
Energietechnik, Öko-Bau
Brückenstr. 44
36381 Schlüchtern-Elm
Tel: 06661/72575
Fax: 06661/72675
E-Mail: Kolb.und.Mueller@t-online.de
Internet:
www.kolb-und-mueller-gmbh.com

Die erste Liebe gibt's im Spielzeugladen. Blut nicht.
SPENDE BLUT
BEIM ROTEN KREUZ
Deutsches Rotes Kreuz
Termine und Infos 0800 11 949 11 oder DRK.de

PLZ 40000

HAACKE natur
Das Gesundheitshaus
H. B. Borghoff
Telefon (02 21) 3 50 09 85
Christian Puls
Telefon (0 51 41) 80 52 31
www.haacke-natur.de
info@haacke-natur.de

ÖKO-TEST

Werben im ÖKO-TEST-Marktplatz!
Sie möchten eine Kleinanzeige aufgeben? Dann senden Sie Ihren Anzeigenauftrag an folgende E-Mail-Adresse: anzeigen@oekotest.de oder sprechen Sie mit uns unter der Tel: 069/977 77-140.

Wärme aus Sonne und Holz

Haupt
Wir lassen für Sie die Sonne aufgehen!

Hüttenstrasse 47
45888 Gelsenkirchen
Tel: 0209-20 49 90
Fax: 0209-27 21 53
www.haupt-haustechnik.de

Hauptstrasse 37
42555 Velbert - Langenberg
Tel: 02052-815 61 96
info@haupt-haustechnik.de

PLZ 50000

HAACKE natur
Das Gesundheitshaus
H. B. Borghoff
Telefon (02 21) 3 50 09 85
Hardy Keller
Telefon (0 61 01) 49 92 91
www.haacke-natur.de
info@haacke-natur.de

BAUKRAFT NATURBAUSTOFFE und Baustoffhandel GmbH
Haus Rath
50859 Köln-Widdersdorf
Tel: 0221/9503310
Fax: 0221/95033135
E-Mail: info@baukraft-koeln.com
Internet: www.baukraft-koeln.com
Naturfarben, Lehm, Kalk, Bodenbeläge, Massivholzdielen, Parkett, Dämmstoffe, Fenster, Türen, Dienstleistungen.

Seit 1798
KIRNER
Privatbrauerei Ph. & C. Andres
Kallenfelser Str. 2-4 * 55606 Kirn * www.kirner.de

BAUFRITZ®
SEIT 1896

Eckart Kreuzer · Freie Handelsvertretung
Roermonderstraße 418 · 52072 Aachen
Tel. 02 41- 608 597 03 · Fax 608 597 02
Mobil 0170 - 738 47 86
Eckart.Kreuzer@baufritz.de

Klaus Zicka · Freie Handelsvertretung
Oberstraße 3 · 56290 Dommershausen
Tel. 0 26 05 - 96 13 68 · Fax 96 13 69
Mobil 0172 - 385 58 28
Klaus.Zicka@baufritz.de

PLZ 60000

BAUFRITZ®
SEIT 1896

Gerhard Wilmes · Freie Handelsvertretung
Mittelweg 56 · 63619 Bad Orb
Tel. 0 60 52 - 76 80 · Fax 10 87
Mobil 0171 - 356 10 32
Gerhard.Wilmes@baufritz.de

Andreas Streck · Freie Handelsvertretung
Thüringer Straße 18 · 63849 Leidersbach
Tel. 0 60 92 - 99 53 77 · Fax 99 53 88
Mobil 0160 - 917 834 85
Andreas.Streck@baufritz.de

Markus Geske · Freie Handelsvertretung
Mühlenweg 10 · 64347 Griesheim
Tel. 0 61 55 - 823 607 · Fax 823 608
Mobil 0172 - 889 89 88
Markus.Geske@baufritz.de

HAACKE natur
Das Gesundheitshaus
Hardy Keller
Telefon (0 61 01) 49 92 91
www.haacke-natur.de
info@haacke-natur.de

Natur-Baumarkt Wende
Petterweilstr. 34H
60385 Frankfurt
Tel: 069/454088
Fax: 069/4692061
E-Mail: info@natur-baumarkt-wende.de
Internet: www.natur-baumarkt-wende.de
über 1000 Bodenbeläge

Dachreiter GmbH
Raiffeisenstraße 24-26
61191 Rosbach
Tel: 06003/9343-0
Fax: 06003/9343-30
E-Mail: info@dachreiter-gmbh.de
Internet: www.dachreiter-gmbh.de
Natürlich schöner wohnen, Ökologischer Baumarkt

PETER SOLAR- & WÄRMETECHNIK Ökologische Heizsysteme
Hauptstr. 14-16
63486 Bruchköbel
Tel: 06181/78877
Fax: 06181/907225
Internet: www.peter-solar.de
CO_2-freie und CO_2-neutrale Heizsysteme, Solartechnik, Holzpelletsheizungen

Zu heiß unterm Dach?
... cool bleiben!
81fünf®

Zimmerei LKI GmbH
63667 Nidda-Harb
tel. 06043- 985785
www.zimmerei-lki.de
www.81fuenf.de
das etwas bessere Passivhaus

Florenz-COTTO-Ton GmbH Bodenbelag in echtem Cotto aus florentinischem Terracotta
63867 Johannesberg
Tel: 06021/47337, Fax: 06021/425132
Internet: www.cottodiller.de
Außergewöhnl. durch patentierte Spezialbehandlung, dauerhaft, pflegeleicht, fleckunempfindlich, atmungsaktiv, ökologisch u. wohnklimatisch wertvoll. Neubau - Umbau - Sanierung. Wir überarbeiten / erneuern Ihren Altboden.

FRITZ STENGER
WohlfühlHäuser in Holz
Das WohlfühlHaus
FRITZ STENGER GmbH
Hauptstraße 7
63872 Heimbuchenthal
Tel.: 06092 9711-0
• Natürliche Baustoffe
• Gesundes Raumklima
• Individuelle Planung
www.fritzstenger.de
individuell wohngesund wohnsinnlich harmonisch

NATURpfad Baubiologie, Gesund bauen, renovieren, wohnen
Jahnstr./Ecke Clemensstr. 1
64285 Darmstadt
Tel: 06151/65385
Fax: 06151/661962
E-Mail: naturpfad@gmx.de
Internet: www.naturpfad-darmstadt.de

Das Naturmöbelhaus
Höchster Straße 20
64823 Groß-Umstadt
Tel: 06078/912228
Internet: www.naturmoebelhaus.de
Möbel, Küchen, Betten, Matratzen, Postermöbel. Team7, Göhring, Trend, Holzmanufaktur, Moizi, VARIER, Prolana, Hüsler, Origo, Seefelder, Wolkenreich

Marktplatz regional

Nach Postleitzahlen geordnet

PLZ 60000

Fidus
Natur zu Hause
Dwight-D.-Eisenhowerstraße 2
65197 Wiesbaden
Tel: 0611/840020
Fax: 846298
Internet: www.fidus-wiesbaden.de
Betten, Matratzen, Möbel, Farben, Bodenbeläge, Verlegung,Wiegenverleih, Babyausstattung u. Kinderzimmer

HOLZLEBEN GmbH
Gesundes Bauen mit System
Fehrbacher Str. 11
66954 Pirmasens
Tel: 06331-97761
Fax: 06331-228279
E-Mail: info@holzleben.de
Internet: www.holzleben.de
Gesund und Energie sparend bauen

terre des hommes
Hilfe für Kinder in Not
Wasser ist Leben
www.tdh.de

PLZ 70000

BAUFRITZ®
SEIT 1896

Lothar Hagenbuch · Freie Handelsvertr.
Weingartenstraße 25 · 72108 Rottenburg
Tel. 0 74 57 - 73 18 02 · Fax 73 18 03
Mobil 0173 - 959 25 51
Lothar.Hagenbuch@baufritz.de

Wolfgang Hartmann · Freie Handelsvertr.
Großholzer Weg 17 · 72181 Starzach-Wachendorf
Tel. 0 74 78 - 26 00 70 · Fax 26 00 71
Mobil 0171 - 931 35 97
Wolfgang.Hartmann@baufritz.de

Claudia Gähtgens · Freie Handelsvertretung
Gänsrainweg 2 · 72555 Metzingen
Tel. 0 71 23 - 38 10 20 · Fax 38 10 21
Mobil 0172 - 721 66 31
Claudia.Gaehtgens@baufritz.de

Kai Loos · Freie Handelsvertretung
Grafenbergweg 14 · 73614 Schorndorf
Tel. 0 71 81 - 47 39 30 · Fax 47 39 28
Mobil 0152 - 018 152 05
Kai.Loos@baufritz.de

Jürgen Schossig · Freie Handelsvertretung
Edelmatt 14 · 79400 Kandern
Tel. 0 76 26 - 97 02 37 · Fax 63 62
Mobil 0171 - 283 81 58
Juergen.Schossig@baufritz.de

HAACKE®
natur
Das Gesundheitshaus
Hardy Keller
Telefon (0 61 01) 49 92 91
Björn Beckers
Telefon (0 33 27) 48 57 11
www.haacke-natur.de
info@haacke-natur.de

Palette-Wahl
Natürl. Bauen und Wohnen
Metzgerstr. 15
73033 Göppingen
Tel: 07161/69795, Fax: 07161/684756
E-Mail: palette-wahl@gmx.de
Beratung - Verkauf - Ausführung - Meisterbetrieb, Malerarbeiten, Bodenbeläge, Lehmputze usw.

Dipl.–Ing. FH Hansmartin Kirschmann VDI
Ingenieurbüro für Baubiologie IBN
Zertifiziert durch den VDB
Aichelestr. 9
70599 Stuttgart
Tel: 0711/236078-0
Fax: 0711/236078-2
E-Mail: info@kirschmann.de
Internet: www.kirschmann.de
Professionelle Messungen: Schimmelpilze, Schadstoffe, Strahlung, elektromagn. Felder, Mobilfunk, Formaldehyd, Holzschutzmitteln, etc. Individuelle Suche nach schädlichen Umwelt- und Wohnungseinflüssen. Untersuchung und Begutachtung: Schlaf-, Arbeits-, Bauplatz. Unabhängige Beratung bei Neubau, Renovierung, Hauskauf. Praxiserprobte Verfahren für wirtschaftliche Sanierungen

PLZ 70000

CASA Verde GmbH
Schlafen - Wohnen - Arbeiten
Ökologischer Fachhandel für ergonomisches Schlafen und Sitzen
Martin-Luther-Str. 17, 76829 Landau
Tel: 0 6341-903039
Internet: www.casa-verde-betten.de

PLZ 80000

HAACKE®
natur
Das Gesundheitshaus
Björn Beckers
Telefon (0 33 27) 48 57 11
www.haacke-natur.de
info@haacke-natur.de

VOLL HOLZ HAUS ZEH
Ulrich Zeh GmbH & Co. KG · 88167 Maierhöfen
Tel. (0 83 83) 9 20 510 www.ulrichzeh.de

PLZ 80000

BAUFRITZ SEIT 1896

Hubert Esterl · Freie Handelsvertretung
Hachelbachstraße 11a · 83727 Schliersee
Tel. 0 80 26 - 78 27 59 · Fax 78 28 18
Mobil 0175 - 189 60 26
Hubert.Esterl@baufritz.de

Christian Huber · Freie Handelsvertretung
Ablaßweg 23 · 86161 Augsburg
Tel. 08 21 - 229 01 61 · Fax 229 01 62
Mobil 0175 - 189 60 25
Christian.Huber@baufritz.de

Helmut Dischler · Fachberater
Alpenstraße 25 · 87746 Erkheim/Allgäu
Tel. 0 83 36 - 813 99 33 · Fax 813 99 34
Mobil 0175 - 189 60 22
Helmut.Dischler@baufritz.de

Christian Hödl · Freie Handelsvertretung
Alpenstraße 25 · 87746 Erkheim
Tel. 0 83 36 - 812 90 · Fax 812 92
Mobil 0171 - 724 57 66
Christian.Hoedl@baufritz.de

Jörg Erstling · Freie Handelsvertretung
Verdistraße 20/2 · 88353 Kisslegg
Tel. 0 75 63 - 920 60 · Fax 920 62
Mobil 0171 - 481 58 73
Joerg.Erstling@baufritz.de

KOBUS-WOHLFÜHLHÄUSER

KOBUS
DIE HAUSMANUFAKTUR
SEIT 1892

83567 Unterreit / Obb.
Tel.: 08638 / 9870-0
info@kobus-haus.de

- Individuelle Architektur
- Modernes Design
- Innovative Technik
- Perfekte Details
- Ökologische Holzbauweise
- Hohe Energieeinsparung
- Alles aus einer Hand

www.kobus-haus.de

WIEDMANN, TREPPEN - HOLZBÖDEN - NATURDÄMMSTOFFE
Alte Schernfelderstr. 6
85077 Eichstätt
Tel: 08421/97740
Fax: 08421/977450
E-Mail: treppen@wiedmann.de
Treppen und Massivholzböden aus heimischem Holz, ISOFLOC-Montagebetrieb, Naturfarben Fachgeschäft, BIOFA, HAGA u.a.

PERETA NATUR
Martinistr. 33, 86179 Augsburg
Tel. 0821/812065
E-Mail: info@pereta.de
Online-Shop: www.pereta.de
Bettwaren, -wäsche, Matratzen, Lattenroste, Poster-, Massivholzmöbel, Teppiche, Bewegungsstühle

Sachverständigenbüro Dr. Skowronek
Griesacker 3, 86934 Ludenhausen
Tel.: 08194/9988-93
Fax: 08194/9988-94
E-Mail: svb-skowronek@email.de
Schimmelpilze und Schadstoffe (im Haus), Schadenanalyse und Sanierungsplanung

Umweltaktivisten.

Naturschutz beginnt im Alltag. Über Fahrgemeinschaften freut sich die Natur. Weitere Tipps gibt es kostenlos beim NABU.
www.NABU.de
NABU

Er kann trotzdem Kind sein.
Weil wir für kleine Freuden sorgen.

Wir helfen Kindern aidskranker Eltern auch mit kleinen Dingen, zum Beispiel mit neuen Fußballschuhen. Damit sie nicht im Abseits stehen.

Spendenkonto 400
Bank für Sozialwirtschaft,
BLZ 370 205 00
www.aids-stiftung.de
Deutsche AIDS-Stiftung

PLZ 90000

HAACKE® natur
Das Gesundheitshaus

Dipl.-Ing. Jörg Zielke
Telefon (0 33 27) 48 57 16
Bernhard Stehr
Telefon (0 33 27) 48 57 35
Hardy Keller
Telefon (0 61 01) 49 92 91
www.haacke-natur.de
info@haacke-natur.de

BAUFRITZ SEIT 1896

Oliver Engelhardt · Freie Handelsvertr.
Ringstraße 3 · 95336 Mainleus/Fassoldshof
Tel. 0 92 29 - 97 54 84 · Fax 97 54 83
Mobil 0179 - 131 48 53
Oliver.Engelhardt@baufritz.de

Architekten + Ingenieure GmbH
ADOBE

Architektur + Tragwerk
Passivhaus
Ökologisches Bauen
Energieoptimierung
Bauphysik

Hässlerstrasse 7 | 99096 Erfurt | T 0361 3458501 |
www.agadobe.de | post@agadobe.de

Das NaturKlimaHaus

- aus Mondphasenholz
- Lehmsteine, Lehmöfen
- naturreinen Baustoffen...
- freie Architektenplanung
- zum garantierten Festpreis

NaturKlimaHaus

NaturKlimaHaus SB GmbH
Max-Braun-Str. 6 97828 Marktheidenfeld
www.naturklimahaus.de
Tel: 09391 / 504 -104
bundesweit

*** Danke!** Mit Ihrer Spende an den WWF helfen Sie, die Lebensräume bedrohter Tier- und Pflanzenarten zu schützen.

Konto 2000, BLZ 550 205 00

WWF Deutschland, Rebstöcker Str. 55, 60326 Frankfurt, Infos zur WWF-Arbeit: www.wwf.de oder 0 69/79 144-142

WWF

Italien

BAUFRITZ SEIT 1896

Ralf Palzer · Vertriebspartner
Meinhardstraße 22 · I-39012 Meran (BZ)
Tel. +39 (0) 473 - 25 88 71 · Fax 25 89 52
baufritz@meran.it
www.baufritz.it

Luxemburg

BAUFRITZ SEIT 1896

Eckart Kreuzer · Freie Handelsvertretung
Roermonderstraße 418 · D-52072 Aachen
Tel. +49 (0) 241 - 608 597 03 · Fax 608 597 02
Mobil +49 (0) 170 - 738 47 86
Eckart.Kreuzer@baufritz.de

Österreich

BAUFRITZ SEIT 1896

Sylvia Schmidt · Freie Handelsvertretung
Weinbergweg 43 · A-3491 Straß i. Straßertale
Tel. u. Fax +43 (0) 27 35 - 362 37
Mobil +43 (0) 664 - 380 73 87
Sylvia.Schmidt@baufritz.at

Schweiz

BAUFRITZ SEIT 1896

Stefan Leubin · Freie Handelsvertretung
Steghalten 6 · CH-3633 Amsoldingen/Thun
Tel. +41 (0) 33 - 438 18 18 · Fax 341 02 15
Mobil +41 (0) 79 - 703 07 34
Stefan.Leubin@baufritz.ch

Serie Urlaub in Deutschland

In unserer Serie über deutsche Urlaubsregionen sind wir diesmal unterwegs in den schönsten Wandergebieten. Bisher sind in der Serie folgende Themen erschienen:
Urlaubsregion Ammergauer Alpen (ÖKO-TEST-Magazin 3/2009).
Deutsche Urlaubsinseln (ÖKO-TEST-Magazin 4/2009).
Die schönsten Radfahrrouten (ÖKO-TEST-Magazin 5/2009)
Deutsche Seen (ÖKO-TEST-Magazin 6/2009)
Baden im Fluss (ÖKO-TEST-Magazin 7/2009)
In der Oktoberausgabe entdecken wir Spannendes in unseren Städten.

Wanderurlaub in Deutschland

Wir sind dann mal weg

Foto: Krzysztofn/Fotolia.com

Zum Wandern und Bergsteigen muss man nicht nach Österreich oder in die Schweiz fahren. Wir haben die schönsten Routen in Deutschland für Sie zusammengestellt. *Von Andrea Mertes*

Ohne Filzhut, Kniebundhose und Anstecknadel: Es wird wieder gewandert in Deutschland. Die älteste aller Natursportarten, lange als Vereinsmeierei für rüstige Rentner verschrien, ist wieder salonfähig geworden. Mindestens 30 Millionen Deutsche marschieren regelmäßig durch die Lande, und zunehmend begeistern sich auch die Jungen für Touren durch Wald und Wiesen. Bei den 25- bis 39-Jährigen rangiert Wandern inzwischen sogar in der Beliebtheitsskala vor Radfahren und Inlineskaten, vermeldet die „Forschungsgruppe Wandern“ der Universität Marburg.

Gründe für die Beliebtheit des Wanderns gibt es viele: Weil Wandern unkompliziert ist. Weil die Seele in der Natur baumeln kann. Weil es mittlerweile jede Menge wunderschöne Wege gibt, wo früher nur öde Forststraßen ausgeschildert waren. Und weil man nicht viel braucht, um loszumarschieren: gutes Schuhzeug, Regenschutz, Sonnencreme, etwas Proviant und eine Karte im Rucksack.

Wandern in Rheinland-Pfalz: Der Rheinsteig

„Warum ist es am Rhein so schön?“, fragt ein altes Heimatlied. Der Rheinsteig gibt eine Antwort auf diese Frage. Von Bonn nach Wiesbaden führt der Wanderweg, 320 Kilometer braucht er dafür. Auf gerader, asphaltierter Strecke wäre der Weg gerade mal halb so lang. Aber der Rheinsteig wählt nie den bequemen Weg. Er will herausfordern. Und begeistern.

Seine 23 Etappen sind sorgsam konzipiert. Statt langweilig über Asphalt und Forststraßen schlängelt sich der Rheinsteig über alte Trampelpfade und moosigen Waldboden. Das hat ihm einen wundersamen Zweitnamen eingebracht: Der Steig ist ein sogenannter „Top Trail of Germany“. Das Label kennzeichnet die Superstars der Wald- und Wiesenwege, gerade mal zehn gibt es in Deutschland, die mit diesem Gütesiegel werben dürfen. Und der Rheinsteig ist unter diesen zehn noch einmal eine eigene Klasse, er ist das Symbol des neuen deutschen Wanderns und ein Produkt wissenschaftlicher Forschungen.

Geistiger Vater ist der Soziologe und Wanderspezialist Rainer Brämer. Seine Umfragen lieferten die Grundlage für die Streckenführung und das damit verbundene Marketing. Die wichtigsten Erkenntnisse: Wanderer wollen abwechslungsreiche Strecken. Lieber Wiese und Waldboden unter den Füßen als Schotter und Teer. Weg von der Ödnis der Forststraßen, besser viele Kurven statt einer endlosen Geraden. Gleichzeitig wünschen Wanderer klare Wegführungen – topografische Karten lesen können sowieso nur wenige. Fazit: größtmöglicher Naturgenuss mit bestmöglichem Komfort – so wandert Deutschland im 21. Jahrhundert. Um so viel Genuss unter den Stiefelsohlen möglich zu machen, haben die „Wegbereiter“ hoch über dem Rheintal manch lange vergessenen Versorgungspfad vom Gestrüpp befreit und wieder begehbar gemacht.

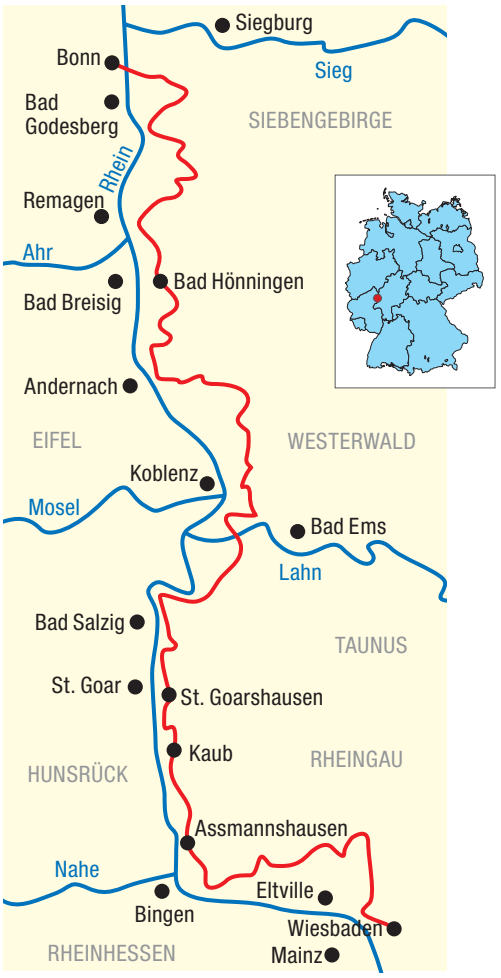
Wo die Orientierung in der Natur schwerfällt, stehen Wegweiser, ein weißes R auf blauem Grund. Der Rheinsteig ist gut markiert, Kartenlesen wirklich überflüssig. Immer wieder taucht zwischen Bäumen und hinter Bergrücken auf, wovon schon die deutschen Romantiker schwärmten: das Rheintal. Der Blick auf den großen Fluss, der sich in seinem tiefen Tal windet, ist ein eindrucksvolles Naturschauspiel. Zahllose Burgen und Schlösser säumen seinen Lauf in dichter Folge.

Wer solche Traumaussichten hoch über dem Rheinischen Schiefergebirge genießen will, der muss sich schon ein wenig anstrengen. Der Rheinsteig wählt nie die kürzeste Variante zwischen zwei Zielen, aber immer die aufregendste. Es geht Berge rauf und Berge runter, von Bonn aus hoch auf den Drachenfels und dann hinein in die Welt der Weinreben. Ein paar Etappen lang folgt der Steig dem Verlauf des Limes, jenes machtvollen Grenzwalls zum Schutz des Römischen Reiches. Und mitten in Rheinland-Pfalz, auf der Königsetappe des Steigs zwischen St. Goarshausen und Kaub, wird es dann regelrecht alpin.

Das Mittelgebirge ist alles andere als harmlos, und wo es besonders widerspenstig ist, sind Halteseile in den Fels geschlagen. Äußerst nützlich, denn der Weg führt nun direkt in die Höhe. Und auch wenn man ganz oben nur 400 Höhenmeter über Normalnull ist, hat der Wanderer doch ein Vielfaches bewältigt. Als Belohnung wartet die Loreley, dieser legendäre Schieferfels, auf dem Clemens Brentano eine männermordende Zauberin vermutete und Heinrich Heine später eine nicht minder gefährliche Nixe. Richtung Rheingau wird es gemütlicher. Wer guten Wein mag, sollte seine Tour auf diese letzten 90 Kilometer des Rheinsteigs verlagern und eine Weinprobe einplanen, zum Beispiel im Kloster Eberbach. Das alte Zisterzienserkloster liegt auch am Wegesrand – und fordert noch mal einiges an Höhenmeter.

Info: Der Rheinsteig ist ein teilweise anspruchsvoller Steig mit Trekking-Charakter. Der Weg ist unterteilt in 23 Etappen (Länge zwischen 9 und 23 km). Tourenverlauf von Bonn bis Wiesbaden, die meisten Zu- und Ausstiegsorte sind per Bahn erreichbar. Es gibt Angebote für Gepäcktransport zur nächsten Unterkunft, auch Pauschalangebote. Info: Rheinsteig-Büro, Löhrstr. 103–105, 56068 Koblenz, Tel. 01805/648328, www.rheinsteig.de

Foto: Rheinsteig-Büro



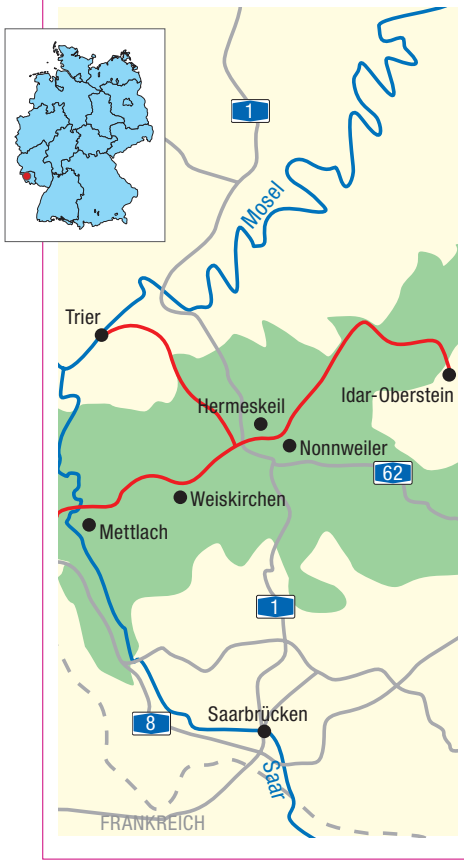
Über die Alpen: Von München nach Venedig

Von München nach Venedig, vom Marienplatz bis zum Markusplatz – zu Fuß! Das klingt verrückt. Vielleicht ist es das auch. Aber vor allem ist diese klassische Alpenüberquerung ein Traum für passionierte Bergwanderer. Längst hat die Alpenüberquerung Kultstatus erreicht. 520 Kilometer Weg, 20.000 Höhenmeter und 28 Tagesetappen – Tausende sind dem Beispiel Ludwig Graßlers gefolgt, der vor über 30 Jahren diesen Traumpfad begründet hat. Wer genügend Zeit hat, geht den – technisch einfachen – Alpenwanderklassiker am Stück, was drei bis vier Wochen dauert. Alternativ lässt sich die Wanderung über alpine Traumpfade auch in Einzeletappen aufteilen. Start der Alpenquerung ist der Münchner Marienplatz, von hier folgt man zur Eingewöhnung erst einmal gemütlich dem Lauf der Isar. Bei Lenggries beginnt der erste Aufstieg – ab jetzt geht der Weg in die Waden. Mitunter führen die Tagesetappen 1.600 Meter hinauf und über Höhenwege mit teils hochalpinem Charakter.

Foto: DAV Summit Club

Info: Der DAV Summit Club bietet geführte Alpenüberquerungen an. Die Tour dauert 28 Tage und kann auch in vier Einzeletappen gebucht werden. Gesamtpreis: 2.795 Euro. Wer eine der vier Einzeltouren bucht, zahlt zwischen 750 und 820 Euro. Übernachtet wird in Gasthöfen, Hotels und Berghütten. Nächster Termin in 2009: 9. August bis 5. September. 2010 wird es wieder zwischen Anfang Juli und Anfang September Termine geben. Kontakt: DAV Summit Club, Am Perlacher Forst 186, 81545 München, Tel. 089/64 24 00, www.dav-summit-club.de. Zum Einlesen: http://alpenueberquerung.blog.de

Der Saar-Hunsrück-Steig: Premiumwandern



Wer mehr will als nur ankommen, ist auf dem Saar-Hunsrück-Steig richtig: Über 180 km zieht sich der Premiumwanderweg auf dem Höhenrücken des Hunsrücks entlang. Durch Buchenwälder, Hochmoore und über Flusstäler, zu 65 Prozent auf naturnahen Pfaden. Schon der Start ist ein Sinnenfest: Die Tour beginnt am Aussichtspunkt Cloef mit einem spektakulären Blick auf die Saarschleife. Tief unten hat sich der Wasserweg in Jahrtausenden um die Berge gewickelt. Auf schmalen Pfaden folgt der Wanderer den Windungen, vorbei an Burgruinen und Klöstern. Kulturinteressierte stoppen unterwegs im Keramikmuseum von Villeroy & Boch. Gourmets kehren im nahen Restaurant *Le Temple du Gourmet* ein, das mit einem Michelin-Stern ausgezeichnet ist. Wer nur einen Tag Zeit hat, erkundet den Steig auf den „Traumschleifen“: sechs bis 18 Kilometer Rundwanderwege. Alle anderen haben die Römerstadt Trier im Blick – und lassen im Zweifel ihr Gepäck transportieren.

Info: Anspruchsvoller Wanderweg. Die Tour ist unterteilt in zwölf Etappen (Länge zwischen 14 und 22 km). Tourenverlauf von Mettlach bis Idar-Oberstein oder Trier. Mettlach, Idar-Oberstein und Trier sind per Bus und Bahn erreichbar. Die meisten Hotels und Pensionen bieten Gepäcktransport zur nächsten Unterkunft an. Ausführliche Homepage mit Routen, Sehenswürdigkeiten und Gastgebern: www.saar-hunsrueck-steig.de

Foto: saar-hunsrueck-steig.de

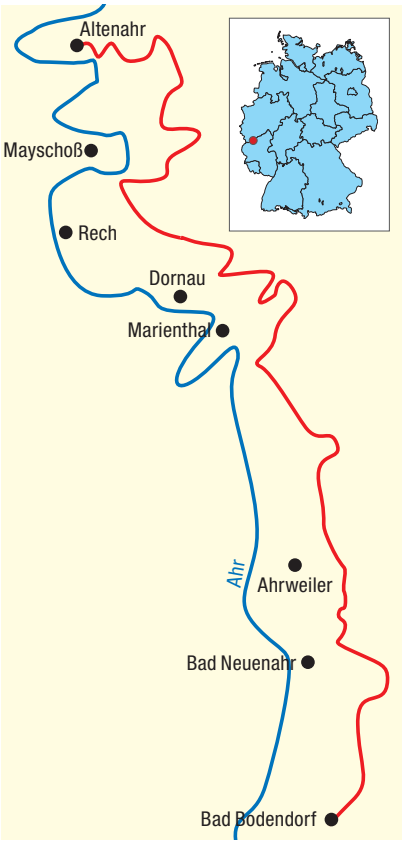
Thüringer Wald: Der Rennsteig

Schon im Mittelalter gingen die Menschen über den grünen Höhensteig, der durch den Thüringer Wald, den Frankenwald und das Thüringer Schiefergebirge führt. Damals noch ein Grenzweg zwischen Thüringen und Franken, ist der Rennsteig heute ein 168 km langer Höhenweg mit Qualitätssiegel. Er hat eine eigene Hymne, einen eigenen Gruß („Gut Runst!“) und eine eigene Sage. Wandern auf dem Rennsteig ist eine geschichtsträchtige Angelegenheit, nicht nur wegen Luthers Wartburg, die zu Beginn des Steigs über dem grünen Wald thront. Napoleon ist mit seinen Truppen durch die dichten Buchenwälder gezogen, Goethe suchte bei Ilmenau die Ruhe über den Wipfeln, und 1.300 Grenzsteine links und rechts des Weges erzählen von vergangenen Tagen. Wer einen Abstecher in die Vergangenheit machen will, versucht sich im Goldwaschen oder besucht die Wartburg. Alle anderen marschieren stramm etliche Hundert Höhenmeter hinauf und hinab – und genießen vom Großen Inselsberg die Aussicht auf 916 Metern Höhe.

Foto: Viola Boxberger/pixelio.de

Info: Der Rennsteig ist ein leichter Weitwanderweg, nicht unterschätzen sollte man jedoch die Länge der einzelnen Touren. Der Steig ist unterteilt in sechs Etappen (Länge zwischen 20 und 30 km). Tourenverlauf von Hörschel an der Werra bis nach Blankenstein an der Saale. Es gibt Angebote für Gepäcktransport zur nächsten Unterkunft, auch Pauschalangebote. Info: Regionalverband Thüringer Wald, Krankenhausstraße 12, 98693 Ilmenau, Tel. 0 36 77 / 6 89 96-20, www.thueringer-wald.com bzw. www.rennsteig.de

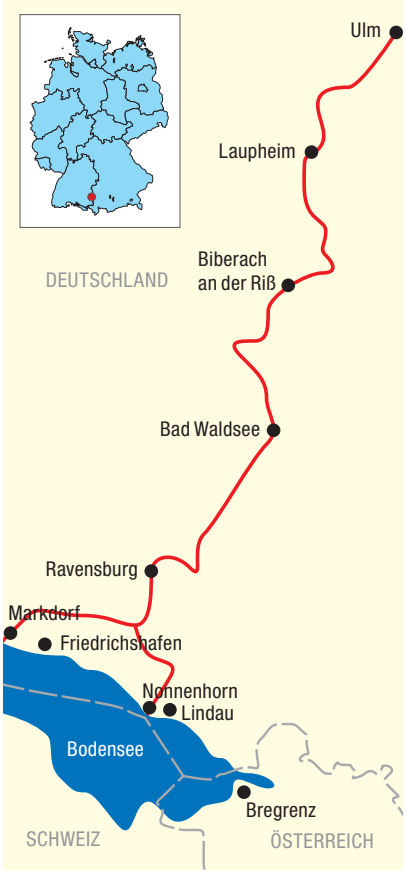
Rotweinwandern an der Ahr: Nüchtern ist schwer



Nicht die Wegstrecke ist hier die Herausforderung. Schwerer fällt es auf dieser Tour, das Ziel im nüchternen Zustand zu erreichen. Denn auf der 35 km langen Wanderung durchs Ahrtal südlich von Bonn gibt es alle paar Hundert Meter einen Blauen Portugieser oder Spätburgunder zu probieren. Nicht vom Rebstock, versteht sich: Der Griff in die Trauben ist absolut tabu, auch wenn sie noch so verlockend zwischen Schieferfels und Burgruinen glänzen. Probiert wird in der Straußwirtschaft, dem saisonal geöffneten Gastbetrieb der Winzer. Da sitzt man dann im Hinterhof eines Weinguts, wischt sich den Lössstaub von der Stirn und bestellt zur Winzervesper eine Flasche aus den Kellern des Gastgebers. Der weitere Spaziergang fällt bei manchem angesichts von so viel Gemütlichkeit gleich ganz aus. Ein Fehler, denn der Rotweinwanderweg hält noch viele weitere Überraschungen parat. Zum Beispiel eines der früher am besten gehüteten Staatsgeheimnisse der Bundesrepublik: der sogenannte Regierungsbunker, ein Relikt aus dem Kalten Krieg – und heute ein Museum – verborgen tief unter dem Ahrtal. Der Besucher steht im Dunkel, noch den Geschmack eines Frühburgunders auf den Lippen, und staunt, was sich hinter Weinseligkeit so alles verbergen kann.

Info: Leichter Wanderweg, teils asphaltiert. Konditionsstarke laufen die 35 km an einem Stück, Spaziergänger wandern Teilstücke (Tourmöglichkeiten zwischen 1,5 und 4 Stunden). Der Rotweinwanderweg startet in Altenahr und endet in Bad Bodendorf. www.rotweinwanderweg.de

Foto: www.rotweinwanderweg.de



Der deutsche Jakobsweg: Auf Abstand zum Alltag

Erst kam das Buch von Paolo Coelho, dann kam Hape Kerkeling, und dann kamen sie alle: Der spanische Jakobsweg ist das Lieblingsziel der religiösen Wanderer – und entsprechend überlaufen. Wer ohne Pilgermassen auf Abstand zum Alltag gehen – oder einfach nur auf schönen Wegen mit Geschichte wandern will –, startet vor der eigenen Haustür. Von Deutschland aus. Das geht? Jawohl. Denn einst führten alle Jakobswege sternförmig wie ein Netz durch Europa. Und somit auch von Deutschland zum Grab des Apostels Jakobus in Santiago di Compostela. Viele der zwischenzeitlich vergessenen Wege werden jetzt neu entdeckt, zum Beispiel jene auf dem ostbayerischen und schwäbischen Jakobsweg, die von der Bischofsstadt Eichstätt im Altmühltal zur Bischofsstadt Augsburg am Lech führen. Oder der fränkische Teil von Würzburg nach Rothenburg. Oder das Teilstück von Ulm bis zum Bodensee (siehe Karte). Auf der Spur des Apostels geht es vorbei an Klöstern und Kapellen durch die deutsche Kulturlandschaft.

Info: Das Bayerische Pilgerbüro bietet einen Katalog und organisiert entsprechende Gruppenwanderungen auch durch Deutschland. Zum Beispiel die neuntägige Wanderung auf dem fränkisch-schwäbischen Jakobusweg von Rothenburg nach Ulm (nächster Termin 23.–31. August, Gesamtstrecke 190 km, Preis inkl. Unterkunft, HP, Gepäcktransport ab 698 Euro). Bayerisches Pilgerbüro, Dachauer Str. 9, 80335 München, Tel. 089/5458110, www.pilgerreisen.de

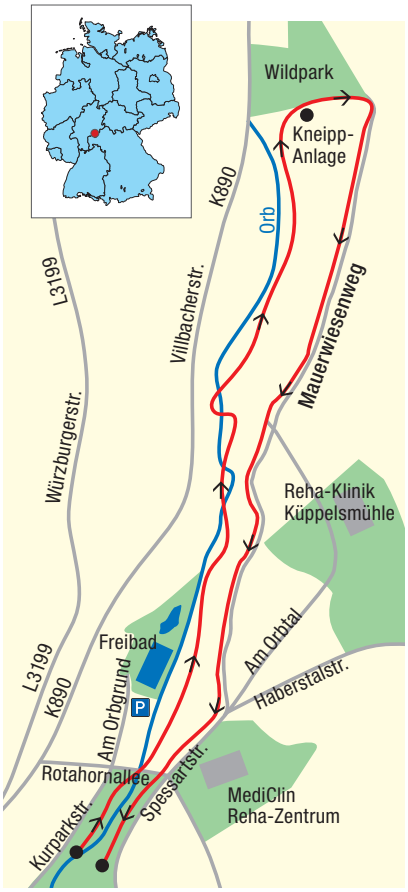
Foto: Stefan Bücher/pixelio.de

Spessart: Barfuß laufen

Die Schuhe haben heute frei. Denn diese 4,5 km lange Wegstrecke im Spessart sollten Sie unbedingt mit blanken Sohlen zurücklegen. „Deutschlands längster Barfußpfad“ ist so konzipiert, dass die Füße das tun dürfen, wofür sie bestimmt sind: den Weg ertasten. Über weichen Waldboden und Graswiesen geht es hinein in einen Bach, hinauf auf Balanciergerüste, hinüber ins warme Gras. Es kitzelt, es zwackt, es wundert, es wackelt: Gerade für Kinder ist der Rundwanderweg am Rande des Kurparks von Bad Orb ein authentisches Naturerlebnis mit gesundem Nebeneffekt – barfuß gehen kräftigt die Fußmuskulatur. Eine starke Fußmuskulatur wirkt wie ein Stoßdämpfer, federt die Bandscheiben ab und hilft bei Rückenproblemen.

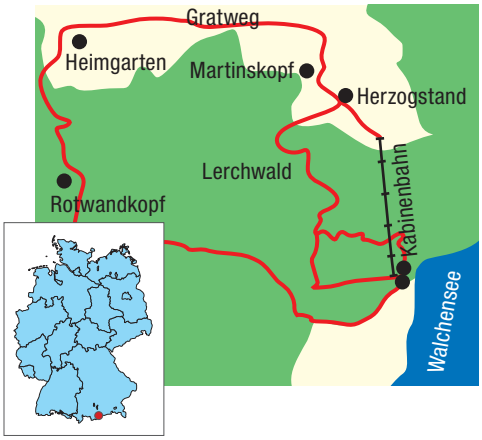
Info: Tourist-Information Bad Orb, Kurparkstr. 2, 63619 Bad Orb Tel. 06052/83-83, www.bad-orb.info. Eintritt Erwachsene 2,50 Euro, Kinder 1 Euro. Geöffnet von Ostern bis Mitte Oktober,

Foto: Bad Orb Werbung GmbH



Bayern: Eine Gratwanderung

Am Abend werden Sie sich wie eine Bergziege fühlen. Weil Sie in luftiger Höhe gewandert sind, dort, wo die Bergwelt links und rechts steil nach unten abfällt. Das Beste: Sie müssen dafür nicht einmal ins Hochalpine steigen. Für den Adrenalinkick einer echten Gratwanderung setzen Sie sich ganz bequem in die Gondel der Herzogstandbahn in den Bayerischen Voralpen und fahren auf knapp 1.600 Meter hinauf – wer genügend Kondition hat, lässt die Gondel ziehen und steigt zu Fuß auf (2,5 Stunden). Erst mal zur Stärkung einen Kaiserschmarrn im Berggasthaus Herzogstand bestellen und den Märchenkönig Ludwig II. grüßen, dessen Denkmal hier steht. Jetzt wird es abenteuerlich. Der zackige Grat verläuft zwischen dem Herzogstandgipfel (1.730 m) und dem Heimgarten (1.790 m). Über ein Drehkreuz geht es rauf auf den Serpentinenweg, Drahtseilsicherungen helfen an schwierigeren Stellen, Trittsicherheit und Bergstiefel sollte man aber im Gepäck haben. Die Aussicht auf der einstündigen Grattour ist einmalig: Walchen- und Kochelsee leuchten, das Karwendelgebirge spielt Panoramapostkarte. Wer auf der anderen Seite am Heimgarten ankommt, steigt noch rasch durch Latschen zum Gipfel – und anschließend zur Belohnung direkt hinüber zur Heimgartenhütte, wo die Brotzeit wartet. Nach zweieinhalb Stunden Abstieg endet der Weg unten am Walchensee.



Info: Der Gratweg Herzogstand–Heimgarten ist eine alpine Wanderung und

Foto: Tourist Info Kochel am See

erfordert Schwindelfreiheit, Trittsicherheit und eine gewisse Kondition. Die Gehzeit beträgt sechs bis acht Stunden, die Gesamtstrecke sind 15 km (1.120 Höhenmeter). Wer abkürzen will: Die Herzogstandbahn fährt täglich zwischen 8.30 und 17.45 Uhr (je nach Jahreszeit und Witterung, 6,70 Euro pro Bergfahrt, Berg- und Talfahrt 11,50 Euro). Auch in umgekehrter Richtung zu wandern. Tölzer Land Tourismus, Prof.-Max-Lange-Platz 1, 83646 Bad Tölz, Tel. 0 80 41 / 5 05-206, www.toelzer-land.de

Anzeige

BIO HOTELS
mit Sicherheit genießen

BIO-Hotels in Hülle und Fülle.
Beispiele für die besten BIO-Hotels und interessante Angebote sehen Sie hier oder unter www.biohotels.info

www.biohotels.info

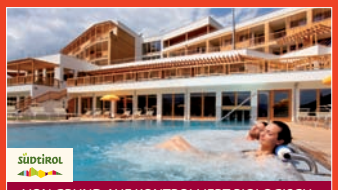
Unser Bio-Kochbuch
Genießen Sie die kulinarische Reise durch die BIO-Hotels.
Bestellung unter
www.kochlustpur.info
€ 25,- inkl. Versand

fünfseenblick
Vegetarisches Gäste und Seminarhaus
D-34549 Edertal-Bringhausen
Tel. +49 (0) 5623-94940, www.ndl-bringhausen.de

Naturhotel Spöktal
Bio-Pension im Naturpark Lüneburger Heide
Einfach gut leben - Urlaub für Leib und Seele
Familie Marold, Spöktal 1, D 29646 Bispingen
www.spoektal.de Tel: 05194-2320

Wohlfühlhotel & Biopizzeria
Im Dorf der heilenden Wasser im Engadin
www.curuna.ch
Tel. +41(0)81 864 14 51

Die besten BIO-Hotels für Tagungen und Seminare
finden Sie unter
www.biohotels.info/business



SÜDTIROL
VON GRUND AUF KONTROLLIERT BIOLOGISCH.
NATÜRLICH. AUTHENTISCH.
ENTSPANNTE SOMMER- UND HERBSTFERIEN FÜR KÖRPER UND GEIST:
Sonntag - Donnerstag: 4 Nächte bleiben und nur 3 Nächte zahlen!
theiner's garten
BIO VITALHOTEL
www.theinersgarten.it Tel.: +39 0473 490 880

Deutschlands innovativstes
BEGEISTERUNGSHOTEL
Integratives Qualitäts-bewusstsein® frei entfaltet
Tel. +49 36628 980
www.Bio-Seehotel-Zeulenroda.de

WIR SIND NEU DABEI!
Der Leutascherhof
BIO & WANDERHOTEL
A -6105 Leutasch in Tirol, Weidach 305
Tel. +43 5214/6208
www.leutascherhof.at

www.organic-network.eu

empfohlen von Bioland
BIOLOGISCHER LANDBAU

TEST Colorwaschmittel

Jacke wie Hose

Ein Colorwaschmittel soll gut waschen und gleichzeitig die Farben der Textilien schonen. Die Produkte im Test können sich durchweg sehen lassen. Bei hartnäckigen Flecken kommen sie aber an ihre Grenzen.

Es soll Frauen geben, die geraten beim Anblick eines Wäschekorbs in Ekstase. Säuberlich gefaltete Höschen und frisch duftende Blusen sind ihnen ein Lustgewinn. Doch die Zahl der Wäschefetischistinnen schrumpft. Und somit auch die Zahl der Werbespots, die an Stolz und Ehre der Hausfrau appellieren. Zumal es inzwischen auch Männer gibt, die es sich zutrauen, eine Maschine zu beladen. Und moderne Männer und Frauen lockt man eher mit vernünftigen Argumenten.

Ziemlich vernünftig ist die jüngste Innovation der großen Markenhersteller Procter & Gamble und Henkel: Waschmittel, die schon bei einer Temperatur von 15 und 20 Grad vor allem leicht verschmutze Wäsche säubern sol-

Foto: Tomasz Trojanowski/Fotolia.com

len. Mit dem Absenken der Waschtemperatur lässt sich viel Energie einsparen. Eine Studie des Öko-Instituts aus dem Jahr 2006 zeigt: Durch niedrige Waschtemperaturen können pro Waschgang zwischen 30 und 47 Prozent des Stroms eingespart werden. Den größten Einfluss auf den ökologischen Fußabdruck eines Waschmittels hat der Waschvorgang selbst. 70 Prozent der CO_2-Emissionen entstehen während der Nutzungsphase, vor allem durch den Betrieb der Waschmaschine und die Erwärmung des Wassers.

Auch die richtige Dosierung hilft, die Umwelt zu schonen. Marcus Gast, beim Umweltbundesamt zuständig für Wasch- und Reinigungsmittel, erläutert: „Häufig wird zu viel dosiert. Meist haben wir nur leicht verschmutzte Wäsche – wie T-Shirts, Hemden und Blusen, die nur einen Tag getragen wurden – in der Maschine, dosieren jedoch für normal verschmutzt. Allein dadurch werden etwa 25 Prozent Waschmittel zu viel eingesetzt."

Wir haben die Waschleistung von 17 kompakten pulverförmigen Colorwaschmitteln überprüft und testen lassen, ob sie besonders problematische Inhaltsstoffe enthalten.

Das Testergebnis

■ Mit welchem Colorwaschmittel Sie waschen, ist Jacke wie Hose, denn die getesteten Produkte gleichen sich in ihrer Waschleistung sehr. 14 Produkte schneiden im Gesamturteil mit „gut" ab, drei mit „befriedigend".

■ Die größten Probleme zeigen sich beim Fleckentypus „gebrauchtes Motoröl". Bei allen Waschmitteln ist dieser Fleck bei mindestens einer Gewebeart noch deutlich zu sehen. Auch Kugelschreiberflecken halten sich hartnäckig. Bleiben zwei verschiedene Flecken deutlich sichtbar, verschlechtert das die Durchschnittsnote Fleckenentfernung um eine halbe Note.

Colorwaschmittel sind keine Fleckenspezialisten, gegen Motoröl haben sie keine Chance

■ ÖKO-TEST-Leser haben angeregt, zu prüfen ob Waschmittel Zahnpastaflecken entfernen – für die Mittel kein Problem. Auch fast alle Blutflecken und Flecken von gebrauchtem Speisefrittierfett wurden ausgewaschen. Die meisten übrigen Flecken waren noch erkennbar, wenn teilweise auch nur schwach.

■ Colorwaschmittel sollen die Farben schonen. Bei unserem Test an roten T-Shirts gelang das allen Produkten. Auch die Oberfläche der gewaschenen T-Shirts war nach mehrmaligem Waschen nicht strapaziert.

Weiß und rot macht rosa. Da hilft nur: Wäsche richtig sortieren

■ Der Schutz vor Anfärbern ist mäßig. Im Härtetest wurde ein neues rotes T-Shirt mit einem weißen gewaschen. Bei keinem Mittel blieb das weiße T-Shirt weiß. Besonders rosa leuchteten die Shirts jeweils nach der ersten Wäsche mit *Spee* und *Unamat*, was aber nicht zur Abwertung führte. Das Mitwaschen eines weißen Shirts bei der fünften und zehnten Runde des roten Textils brachte, wenn überhaupt, nur noch zarte Rosatöne aufs weiße Shirt.

■ Alle Waschmittel belasten die Umwelt. So enthalten alle Parfüm. Parfüm wird bei der Berechnung der Gefährlichkeit für Wasserorganismen beim Europäischen Umweltzeichen für Waschmittel sehr kritisch gesehen. Nitromoschus-Verbindungen und polyzyklische Moschus-Verbindungen sind bei Produkten, die das Umweltzeichen tragen wollen, gar nicht erlaubt. Diese Duftstoffe hat das beauftragte Labor in keinem Produkt gefunden.

Die Öko-Waschmittel sind noch nicht der Weisheit letzter Schluss

■ Die Produkte von Ecover und Frosch sind ähnlich aufgebaut wie die übrigen Waschmittel, auch wenn sie teilweise auf den Einsatz schwer abbaubarer Stoffe verzichten und Inhaltsstoffe aus nachwachsenden Rohstoffen einsetzen. Das Sodasan-Produkt, zertifiziert mit zwei Öko-Labeln, enthält gut abbaubare Seifengranulate, ist aber kein Vorzeigewaschmittel. Was die Gefährlichkeit für Wasserorganismen anbelangt, ist vor allem der hohe Gehalt an ätherischem Öl zu bemängeln. Großes Ärgernis: Die Verpackung verspricht eine Ergiebigkeit von 25 Waschladungen bei einem 1,2-Kilo-Paket. Wir haben das Pulver wiegen lassen und festgestellt, dass 1,2 Kilo bei der angegebenen Dosierung von 100 Milliliter nicht einmal für 16 Waschladungen reichen. Der Hersteller erklärt die Differenz mit schwankender Rohstoffqualität. Bei solchen Schwankungen wird aber nicht vernünftig dosiert und das heißt: unnötige Umweltbelastung.

Kerstin Scheidecker

Unsere Empfehlungen

✓ Kompakt-, Superkompakt- oder Ultrawaschmittel sind sehr zu empfehlen, sie liefern mit niedriger Dosierung gute Waschergebnisse. Sie sind Flüssigprodukten vorzuziehen, die meist mehr Tenside enthalten und wegen ihres Wasseranteils konserviert werden müssen. Ideal: ein kompaktes Vollwaschmittelpulver für Weißes und ein Colorkompaktpulver für Buntes. Für Seide und Wolle braucht man ein Spezialwaschmittel.

✓ Probleme mit Waschmittelresten auf der Wäsche? Bei neueren Waschmaschinen mit hoher Schleuderdrehzahl sollten die Reste verschwinden. Maschine nicht überladen, ab und zu den Gummirand der Waschmaschine reinigen.

✓ Bei niedrigen Waschtemperaturen überleben zwar viele Bakterien – das ist aber absolut kein Problem. Ab und an eine 60-Grad-Wäsche reinigt die Maschine.

So haben wir getestet

Der Einkauf

Wir haben 17 pulverförmige, kompakte Colorwaschmittel eingekauft. Obwohl die Bedeutung von Flüssigwaschmitteln stetig wächst, haben wir diese Produkte nicht mit aufgenommen, denn sie gelten als weniger umweltverträglich als die kompakten Pulverwaschmittel.

Die Waschleistung

Ist der Fleck auch weg? Das wollten wir von 15 verschiedenen Fleckenarten wissen: Rotwein, Fruchtsaft, Tomantenpüree, Karottenbrei, Senf, Schokoladensoße, Kugelschreiber, Matsch, Gras, Blut, gebrauchtes Motoröl, gebrauchtes Frittierfett, Make-up, Lippenstift und blau-weiße Zahnpasta. Die Flecken wurden für jedes Waschmittel auf je fünf Gewebestreifen aus reiner Baumwolle und fünf Gewebestreifen aus einem Mischgewebe aus Polyester und Baumwolle aufgetragen, fünf Tage bei Zimmertemperatur getrocknet und anschließend bei 40 Grad einmal gewaschen. Nach der Wäsche beurteilten drei geschulte Labormitarbeiter, ob und wie stark die Flecken noch zu erkennen waren. Es ging auch darum, zu klären, ob und wie stark das jeweilige Waschmittel farbige Textilien ausbleicht, ob es die textile Oberfläche schädigt oder verhindern kann, dass bunte Textilien auf weiße Wäsche abfärben. Dazu haben wir mit jedem Waschmittel ein neues rotes T-Shirt insgesamt zehnmal gewaschen und bei der ersten, fünften und zehnten Wäsche jeweils ein neues weißes T-Shirt mit in die Trommel gepackt.

Ausgewählte Inhaltsstoffe

Auf eine detaillierte Berechnung der Gefährlichkeit für Wasserorganismen und eine Bewertung der Umweltverträglichkeit haben wir bei diesem Test verzichtet. Wir wissen aus vergangenen Tests und Berechnungen anderer Institutionen, dass sich die Kompaktwaschmittel am Markt in diesem Punkt nicht signifikant voneinander unterscheiden. Um die kleinen Unterschiede exakt darzustellen, hätten wir von allen Herstellern genaue Angaben zum Gehalt der verwendeten Inhaltsstoffe benötigt. Viele Anbieter waren hier sehr kooperativ, ein Vergleich ist aber nur möglich, wenn alle die Daten herausrücken. Keine Informationen erhielten wir vom Unternehmen Procter & Gamble. Die Firma Henkel wollte die Daten nicht an uns, sondern nur an einen Gutachter liefern und Ecover hat schlussendlich auch keine Angaben zu den prozentualen Gehalten der Inhaltsstoffe gemacht. Wir haben uns daher darauf beschränkt, das problematische Parfüm zu kritisieren und im Labor analysieren zu lassen, ob die Waschmittel bedenkliche Moschus-Verbindungen enthalten oder Duftstoffe, die Allergien auslösen.

Die Bewertung

Dass ein Waschmittel sauber und gut wäscht, ist wichtig, deshalb geht die Waschleistung mit 60 Prozent in die Bewertung ein. Das Testergebnis Ausgewählte Inhaltsstoffe schlägt sich mit 40 Prozent nieder. Dieses Testergebnis verschlechtert sich auch durch Deklarationsmängel, etwa wenn Tipps für umweltfreudliches Waschen fehlen, Inhaltsstofflisten für Verbraucher im Internet nur umständlich zu finden sind oder gar falsche Angaben zur Ergiebigkeit gemacht werden.

TEST Colorwaschmittel	Ariel Color & Style Compact	AS Ultra Plus Colorwaschmittel
Anbieter	Procter & Gamble	Schlecker
Preis pro Waschgang in Euro	0,30	0,12
Flecken deutlich sichtbar bei 40 °C Baumwolle	**Motoröl**	**Motoröl**
Flecken deutlich sichtbar bei 40 °C Mischgewebe	**Motoröl**	**Motoröl, Kugelschreiber**
Durchschnittsnote Fleckenentfernung	**1,8**	**2,4**
Farbtonerhalt	in Ordnung	in Ordnung
Veränderung der Oberfläche	in Ordnung	in Ordnung
Schutz vor Anfärben	mäßig	mäßig
Testergebnis Waschleistung (60 %)	gut	gut
Parfüm	**ja**	**ja**
Polyzyklische Moschus-Verbindungen	nein	nein
Duftstoffe, die Allergien auslösen können	nein	nein
Weitere Duftstoffe	nein	nein
Diethylphthalat	nein	nein
Testergebnis Ausgewählte Inhaltsstoffe (40 %)	befriedigend	gut
Internetseite / Inhaltsstoffe dort zu finden / Link zu erklärender Internetseite	www.info-pg.com / ja / **veraltet**	www.as-info-online.de / ja / ja
Mängel Deklaration	**unüblich hohe Maximaldosierung**	nein
Testergebnis Weitere Mängel	befriedigend	sehr gut
Anmerkungen		
Gesamturteil	**gut**	**gut**

Fett gedruckt sind Mängel.
Glossar: Erläuterungen zu den untersuchten Parametern finden Sie auf Seite 140.
Anmerkungen: 1) Laut Anbieter ist das Produkt mit einem Schüttgewicht von 500 Gramm pro Liter (g/l) konzipiert worden. Schwankungen im Schüttgewicht einzelner Rohstoffe und verfahrenstechnische Änderungen hätten zu höheren Schüttgewichten geführt. Es sei versäumt worden, die Dosierungsanleitung bzw. die resultierende Anzahl an Waschladungen anzupassen. Das Produkt solle künftig mit der Angabe „18 Waschladungen“ ausgeliefert werden, was mit einem Schüttgewicht von 667 g/l korrespondiere, das künftig eingehalten werden solle. Das Produkt ist mit den Labeln *Ecocert* und *Eco Garantie* zertifiziert. 2) Laut Anbieter wurde der Link zu einer die Inhaltsstoffe erklärenden Internetseite mittlerweile aktualisiert. 3) Laut Hersteller ist das getestete Produkt vor mehr als zwei Jahren produziert worden. Deshalb sei die Rezeptur nicht im Internet zu finden. Die Rezeptur sei inzwischen geändert worden. Laut Anbieter ist eine Namensumstellung auf *Bravil* geplant. 4) Laut Anbieter ist das Produkt baugleich mit *Ja! Colorwaschmittel Super Kompakt*, das bei Rewe angeboten wird. 5) Laut Anbieter ist ein identisches Produkt ohne Duftstoffe unter dem Namen *Comfort-sensitiv* erhältlich.
Legende: Produkte mit dem gleichen Gesamturteil sind in alphabetischer Reihenfolge aufgeführt. Unter dem Testergebnis Waschleistung führt zur Abwertung um zwei Noten: eine Durchschnittsnote Fleckenentfernung von 2,5 bis 3,4. Zur Abwertung um eine Note führt: eine Durchschnittsnote Fleckenentfernung von 1,5 bis 2,4. Wenn zwei verschiedene Flecken noch deutlich sichtbar sind (Schulnote 3,5 oder schlechter), verschlechtert dies die Durchschnittsnote Fleckenentfernung um einen Wert von 0,5. Unter dem Testergebnis Ausgewählte Inhaltsstoffe führt zur Abwertung um eine Note: Parfüm. Unter Weitere Mängel führt zur Abwertung um vier Noten: Ergiebigkeit weicht stark (mehr als 30 %) von der Angabe ab. Zur Abwertung um jeweils eine Note führen: a) Inhaltsstoffliste für das getestete Produkt ist nicht oder nur umständlich auf der angegebenen Internetseite zu finden und/oder der Link zu einer die Bezeichnungen erklärenden Internetseite ist nicht vorhanden oder veraltet oder funktioniert nicht; b) eine unüblich hohe Maximaldosierung; c) fehlende Hinweise zum umweltverträglichen Waschen. In das Gesamturteil gehen das Testergebnis Waschleistung zu 60 % und das Testergebnis Ausgewählte Inhaltsstoffe zu 40 % ein. Ein Testergebnis Weitere Mängel, das „mangelhaft“ ist, verschlechtert das Testergebnis Ausgewählte Inhaltsstoffe um zwei Noten. Ein Testergebnis Weitere Mängel, das „befriedigend“ ist, verschlechtert das Testergebnis Ausgewählte Inhaltsstoffe um eine Note.

Denk mit Colorwasch-mittel	Domol Color Super-Com-pact	Ecover Color Ökologisches Waschpulver	Formil Ultra Plus Color	Gut & Günstig Color-Wasch-mittel Super-Compact
Dm Drogeriemarkt	Rossmann	Ecover	Lidl	Edeka
0,12	0,10	0,58	0,12	0,12
Motoröl	**Motoröl**	**Motoröl**	**Motoröl**	**Motoröl**
Motoröl, Kugel-schreiber	**Motoröl**	**Motoröl**	**Motoröl**	**Motoröl**
2,4	**1,7**	**1,7**	**2,0**	**1,7**
in Ordnung	in Ordnung	in Ordnung	in Ordnung	in Ordnung
in Ordnung	in Ordnung	in Ordnung	in Ordnung	in Ordnung
mäßig	mäßig	mäßig	mäßig	mäßig
gut	gut	gut	gut	gut
ja	**ja**	**ja**	**ja**	**ja**
nein	nein	nein	nein	nein
nein	nein	nein	nein	nein
nein	nein	nein	nein	nein
nein	nein	nein	nein	nein
befriedigend	gut	gut	gut	gut
www.dm-drogeriemarkt.de / ja / **funktioniert nicht**	www.domol.rossmann.de / ja / ja	www.ecover.com / ja / **nein**	www.lidl-info.com / **umständlich / veraltet**	www.dtinfo.eu / ja / ja
fehlende Hinweise zum umweltverträglichen Waschen	nein	nein	nein	nein
befriedigend	sehr gut	gut	gut	sehr gut
2)			2)	
gut	**gut**	**gut**	**gut**	**gut**

Testmethoden: Waschleistung: Durchschnittsnote Fleckenentfernung: Jeweils 15 Flecken werden auf zwei Gewebearten (100 % Baumwolle und Gemisch aus 50 % Polyester und 50 % Baumwolle, jeweils fünf Probanten) aufgetragen und über fünf Tage getrocknet. Fleckenarten: Rotwein, Fruchtsaft, Tomatenpüree, Karottenbrei, Senf, Schokoladensauce, Kugelschreiber, Matsch, Gras, Blut, gebrauchtes Motoröl, gebrauchtes Speisefrittierfett, Make-up, Lippenstift, Zahnpasta weiß/blau. Einmalige Wäsche bei 40 °C unter Zusatz von Schmutzballast, Dosierung nach Herstellerangaben für mittlere Wasserhärte und starke Verschmutzung, Begleitgewebe: Baumwolle Gewebeplatten. Lufttrocknung. Fleckenbeurteilung: visuell, durch drei unabhängige Prüfpersonen, gemäß Graumaßstab (5 = entfernt, 4 = schwach erkennbar, 3 = erkennbar, 2 = deutlich erkennbar, 1 = kaum entfernt). Aus den Einzelbewertungen der 15 Flecken wurde ein Mittelwert gebildet. Übertragung des Mittelwertes in ein Schulnotensystem (5 wird Note 1 = „sehr gut“, 1 wird Note 5 = „mangelhaft“). Farbtonerhalt, Veränderung der Oberfläche, Schutz vor Anfärben: Mit jedem Waschmittel wird ein jeweils neues rotes T-Shirt mit mittlerer Farbechtheitsgüte (Note 3–4 des Anblutens) zehnmal gewaschen. Dosierung: mittlere Wasserhärte , leichte Verschmutzung. Zur ersten, fünften und zehnten Wäsche wird jeweils ein weißes neues T-Shirt mitgewaschen und danach zur Beurteilung beiseite gelegt. Beurteilung der Farbtonänderung des roten T-Shirts nach der ersten, fünften und zehnten Wäsche, Note 5 = keine Veränderung zum Original, in der Tabelle: in Ordnung. Beurteilung der Anfärbung der drei weißen T-Shirts, Note 5 = keine Veränderung zum Original, Note 1 = starke Veränderung. Noten bei allen drei Beurteilungen besser als 2–3, in der Tabelle: „mäßiger Schutz vor Anfärben“; Note bei einer Beurteilung 2–3 oder schlechter, in der Tabelle: „schwacher Schutz vor Anfärben“. Beurteilung der Oberflächenveränderungen des roten T-Shirts nach der ersten, fünften und zehnten Wäsche: keine Pillingbildung, leicht flusige Oberfläche, in der Tabelle: „in Ordnung“. Ausgewählte Inhaltsstoffe: Moschus-Verbindungen, Cashmeran, Duftstoffe, die Allergien auslösen können. Weitere Duftstoffe, Diethylphthalat: Extraktion mit TBME, GC/MS. PVC/PVDC/chlorierte Kunststoffe: Röntgenfluoreszenzanalyse.

Einkauf der Testprodukte: April 2009. Preisberechnung basiert auf Angaben der Hersteller zur Ergiebigkeit auf den Verpackungen außer bei *Sodason Ökologisches Color Waschmittel Compact.* Hier basiert die Preisberechnung wegen starker Abweichung zur Angabe auf der Verpackung auf dem im Labor ermittelten Gewicht.

Anbieterverzeichnis: siehe unter www.oekotest.de

Anzeige

ÖKO-TEST RICHTIG GUT LEBEN
Gewinnspiel auf www.oekotest.de

Gewinnen Sie einen 4-tägigen Wanderurlaub im Sauerland!

Entdecken Sie das Sauerland von seiner schönsten Seite: Der Sauerland-Höhenflug führt Sie hoch hinaus auf die Bergkämme und bietet atemberaubende Ausblicke in die Region. Auf der Sauerland-Waldroute, tauchen Sie in die Mystik des Waldes ein. Oder erkunden Sie den Rothaarsteig, einen der schönsten Höhenwege Europas.

Hotel Deimann***** – Ankommen, Durchatmen, Entspannen

Gewinnen Sie drei Übernachtungen im Doppelzimmer inkl. Halbpension (So-Fr) mit einer Wanderkarte, Tourentipps und/oder einer geführten Wandertour, Teilnahme am täglichen Sportprogramm, Nutzung der Freizeitanlage.

Das Hotel Deimann zum Wilzenberg ist ein familiär geführtes Fünf-Sterne-Urlaubshotel mitten im Sauerland. Die absolut ruhige Lage direkt an Wald und Wasser ist ein herrlicher Ausgangspunkt für Wanderungen. Das Hotel Deimann bietet neben komfortablen Zimmern eine neue, lichtdurchflutete Badelandschaft mit Hallenbad, Solefreibad und Bewegungsbecken, Saunalandschaft und Wellnessbereich mit Beauty-Farm. Verschiedene erstklassige Restaurants, Cafés und Stuben lassen auch beim gastronomischen Angebot keine Wünsche offen.

Weitere Informationen zum Hotel Deimann finden Sie unter www.sauerland-oekotest.com
Der Gutschein kann bis zum 30.08.2010 nach Verfügbarkeit eingelöst werden.

Sauerland

Weitere Infos unter: **www.sauerland-oekotest.com** oder Tel. 01802/403040 (6 Cent/Anruf aus dem dt. Festnetz, ggf. andere Preise Mobilfunk).

Wir bedanken uns ganz herzlich bei allen Sponsoren:

LAVERÉ NATURKOSMETIK
VEDA VERSAND Naturprodukte
Heliotrop
CONTERNA
PURE TEA
melaleuka.de
AQUA PLUS SELECT
naturas.de
www.keinplunder.de
keinplunder-naturkosmetik
SANTAVERDE Naturkosmetik und Mittel zum Leben
feinster Tee zum Genießen GrafenTee www.grafentee.de
Wellness-Shop.com
enveda www.envedashop.de Gesunde Produkte für Leib und Seele
BioNaturel Naturkosmetik & Wellness Shop
Bergland Von Natur aus Spitze
Dr. Hall
panda JA NATÜRLICH
rutano NATURECHT ECHTE NATUR
hautbalance.de naturkosmetik fachshop beratung
World of Tea NATURIDEEN
Natursalzland
MEGA VITAL SHOP
VISANA Naturprodukte

TEST Colorwaschmittel	**Persil Color-Megapearls**	**Priva Color-waschmittel Ultra**	**Shetlan Color Supercompact**	**Spee Megaperls Color**	**Tandil Ultra-Plus Color**	**Tip Colorwasch-mittel Ultra plus**
Anbieter	Henkel	Netto	Penny Markt	Henkel	Aldi Süd	Real
Preis pro Waschgang in Euro	0,27	0,12	0,12	0,19	0,12	0,12
Flecken deutlich sichtbar bei 40 °C Baumwolle	nein	**Motoröl**	**Motoröl**	**Motoröl**	**Motoröl**	**Motoröl**
Flecken deutlich sichtbar bei 40 °C Mischgewebe	**Motoröl**	**Motoröl**	**Motoröl**	**Motoröl**	**Motoröl**	**Motoröl**
Durchschnittsnote Fleckenentfernung	**1,7**	**2,0**	**1,8**	**1,8**	**1,8**	**1,8**
Farbtonerhalt	in Ordnung	in Ordnung	in Ordnung	in Ordnung	in Ordnung	in Ordnung
Veränderung der Oberfläche	in Ordnung	in Ordnung	in Ordnung	in Ordnung	in Ordnung	in Ordnung
Schutz vor Anfärben	mäßig	mäßig	mäßig	schwach	mäßig	mäßig
Testergebnis Waschleistung (60 %)	gut	gut	gut	gut	gut	gut
Parfüm	**ja**	**ja**	**ja**	**ja**	**ja**	**ja**
Polyzyklische Moschus-Verbindungen	nein	nein	nein	nein	nein	nein
Duftstoffe, die Allergien auslösen können	nein	nein	nein	nein	nein	nein
Weitere Duftstoffe	nein	nein	nein	Geraniol	nein	nein
Diethylphthalat	nein	nein	nein	nein	nein	nein
Testergebnis Ausgewählte Inhaltsstoffe (40 %)	gut	gut	gut	gut	gut	gut
Internetseite / Inhaltsstoffe dort zu finden / Link zu erklärender Internetseite	www.persil.de / **umständlich** / ja	www.netto-tp.de / **Produkt nicht eingetragen** / entfällt	www.penny.de/info / ja / ja	www.spee.com / **umständlich** / ja	www.s36.dalli-info.com / ja / ja	www.tip.info / **umständlich** / ja
Mängel Deklaration	nein	nein	nein	nein	nein	nein
Testergebnis Weitere Mängel	gut	gut	gut	gut	sehr gut	gut
Anmerkungen		3)	4)			
Gesamturteil	**gut**	**gut**	**gut**	**gut**	**gut**	**gut**

Interview Umweltverträgliche Waschmittel

Marcus Gast ist im Umweltbundesamt zuständig für Wasch- und Reinigungsmittel.

ÖKO-TEST: Gibt es umweltfreundliche Waschmittel?
Gast: Nein, alle Waschmittel belasten das Abwasser mit Chemikalien. Dies gilt für alle Arten von Waschmittel.

ÖKO-TEST: Kann ein Waschmittel ein „Bio-Waschmittel" sein?
Gast: Nein. Werbeaussagen wie „Bio" oder „Öko" sind nicht mit definierten Anforderungen wie bei den Lebensmitteln versehen. Verschiedene Hersteller werben mit dieser Aussage, wenn sie vorrangig nachwachsende Rohstoffe einsetzen. Dies sagt jedoch nichts über die Umweltverträglichkeit der Produkte. Auch vermeintliche „Bio-Waschmittel" belasten das Abwasser mit Chemikalien. In die Gesamtbetrachtung ist auch die erforderliche Dosierung mit einzubeziehen.

Zudem sind Inhaltsstoffe aus nachwachsenden Rohstoffen nicht per se besser für die Umwelt. Wesentlich für die Umweltbelastung ist die leichte biologische Abbaubarkeit und die Öko-Toxizität – also die Giftigkeit für Wasserorganismen. Das Öl aus der Orangenschale beispielsweise ist ein nachwachsender Rohstoff, besteht jedoch überwiegend aus Limonen, einem offiziell als „umweltgefährlich" eingestuften Stoff, der giftig für Wasserorganismen und schlecht abbaubar ist.

ÖKO-TEST: Was ist mit Tensiden aus nachwachsenden Rohstoffen?
Gast: Eine Untersuchung des Umweltbundesamtes zeigte, dass auch die Anbaubedingungen entscheidend für die Öko-Bilanz sind. Werden zum Anbau der Rohstoffe in Monokultur große Mengen an Pestiziden eingesetzt oder gar Regenwaldflächen für deren Anbau gerodet, dann verpufft der sonst gegebene ökologische Vorsprung dieser nachwachsenden Rohstoffe

Unamat Color Ultra-Plus	Blink Color Waschmittel	Frosch Aloe Vera Color-Waschpulver	Sodasan Ökologisches Color Waschmittel Compact
Aldi Nord	Müller Drogeriemarkt	Erdal Rex	Sodasan (Naturwarenladen)
0,12	0,12	0,25	0,40
Motoröl	**Motoröl**	**Motoröl, Lippenstift**	**Motoröl**
Motoröl	**Motoröl, Kugelschreiber**	**Motoröl**	**Motoröl**
1,8	**2,6**	**2,5**	**1,8**
in Ordnung	in Ordnung	in Ordnung	in Ordnung
in Ordnung	in Ordnung	in Ordnung	in Ordnung
schwach	mäßig	mäßig	mäßig
gut	befriedigend	befriedigend	gut
ja	**ja**	**ja**	**ja**
nein	nein	nein	nein
nein	nein	nein	nein
nein	nein	nein	Citral
nein	Spuren	nein	nein
gut	befriedigend	gut	ausreichend
www.propack-unamat-cwm.de / ja /ja	www.mueller-blink.de / ja / **veraltet**	www.frosch.de / ja / ja	www.sodasan.com / ja / ja
fehlende Hinweise zum umweltverträglichen Waschen	**fehlende Hinweise zum umweltverträglichen Waschen**	nein	**Ergiebigkeit weicht stark von Angabe ab**
gut	befriedigend	sehr gut	mangelhaft
			1) 5)
gut	**befriedigend**	**befriedigend**	**befriedigend**

gegenüber solchen aus der Erdölchemie sehr schnell.

ÖKO-TEST: Wie groß ist das Umweltproblem durch Waschmittel?
Gast: Das Problem hat sich dank neuer gesetzlicher Vorgaben und verbesserter Klärwerkstechnik wesentlich verringert, ist aber nicht beseitigt. Die in Haushaltswaschmitteln enthaltenen Tenside müssen seit 2005 aerob, das heißt in Anwesenheit von Sauerstoff, biologisch abbaubar sein. Leider betrifft diese Vorgabe nicht alle in Wasch- und Reinigungsmitteln enthaltenen Inhaltsstoffe. Als problematisch betrachten wir schwer biologisch abbaubare Stoffe wie Phosphonate und optische Aufheller, aber auch Duftstoffe.

ÖKO-TEST: Wo sehen Sie die Hersteller in der Pflicht?
Gast: Wie der europäische Verband der Waschmittelhersteller A.I.S.E. selbst feststellen musste, bleibt noch einiges zu tun – speziell hinsichtlich des Einsatzes schwer abbaubarer Inhaltsstoffe. Dies begrüßen wir, es ist aus unserer Sicht jedoch nicht genug. Nach unserer Auffassung sollte die Industrie nur noch die Produkte mit der besten Umweltverträglichkeit anbieten.

Label auf Waschmitteln

Ecocert

Wer vergibt es: Die französische Kontrollorganisation Ecocert.
Was bedeutet es: Waschmitteltenside kommen nicht in der Natur vor, sondern werden durch komplexe chemische Prozesse gewonnen. Das Label gibt einige grundlegende Rahmenbedingungen vor. Es sind nur Tenside aus nachwachsenden Rohstoffen zugelassen sowie natürliche Duft- und Farbstoffe. Chemische Herstellungsprozesse sind vorgegeben, allerdings sind auch problematische Verfahren wie Ethoxylierung zugelassen – für zertifizierte Naturkosmetik undenkbar. Das Zeichen ist ein guter Ansatz, ein Garant für ökologische Unbedenklichkeit kann ein Label für Waschmittel nicht sein.

Eco Garantie

Wer vergibt es: Der belgische Zertifizierer Ecogarantie.
Was bedeutet es: Das Zeichen ist sehr umfassend. Die Rohstoffe sollen, soweit verfügbar, aus biologischem Anbau stammen, Erdölchemie ist nicht erlaubt, Ethoxylierung seit Neuestem auch nicht mehr. Das Label macht Anleihen beim Europäischen Umweltzeichen, etwa was die Gefährlichkeit eines Produkts für Wasserorganismen betrifft.

Europäisches Umweltzeichen für Waschmittel

Wer vergibt es: Das Zeichen wurde von der europäischen Kommission eingeführt und wird von nationalen Institutionen vergeben. In Deutschland sind dafür das Deutsche Institut für Gütesicherung und Kennzeichnung (RAL) und das Umweltbundesamt zuständig.
Was bedeutet es: Besonders problematische Stoffe wie Moschus-Verbindungen, krebsverdächtige oder fruchtschädigende Stoffe sind verboten, Tenside müssen leicht bioabbaubar sein. Andere, schwer abbaubare Stoffe, etwa Phosphonate dürfen nur in einer bestimmten Konzentration eingesetzt werden. Rohstoffe aus der Erdölchemie sind erlaubt. Die Giftigkeit für Wasserorganismen wird anhand der Rezeptur genau berechnet, alle Inhaltsstoffe gehen, je nach Gefährlichkeit, mit unterschiedlichen Faktoren in die Berechnung ein.
Bewertung: Auch für konventionelle Produkte erreichbarer, gut kontrollierter Standard, der leider nicht weit verbreitet ist. Zertifizierte Waschmittel der Marke Rei kamen erst kürzlich auf den Markt. Informationen unter: www.eco-label.com

Eine aus Ziegeln gemauerte, halbrunde Wand schützt die Terrasse vor Wind und den Blicken der Nachbarn. Zwischen den Büschen ist der Ansaugstutzen der Wärmepumpe zu erkennen.

Solarhaus im Ortskern

Mittendrin statt nebendran

Ein effizientes Sonnenhaus mitten im engen Ortskern? Viele Architekten winken da ab. Sylvia und Matthias Purper ließen sich nicht entmutigen und wurden mit einem maßgeschneiderten und extrem sparsamen Familienheim belohnt.

Schimmel! Wieder einmal zeigte sich das alte, von der Oma geerbte Häuschen von seiner schlechtesten Seite. „Früher wurde auf den Schutz vor Feuchtigkeit nicht so geachtet, wodurch die Wände schimmelanfällig waren“, sagt Matthias Purper. Als die Schimmelflecken auftraten, war Sylvia Purper gerade mit Sohn Chris schwanger. „Die Aussicht auf Nachwuchs passte mit dem schlechten Zustand des Häuschens ganz und gar nicht zusammen“, ergänzt sie, „und die Wohnfläche betrug auch nur höchstens 65 Quadratmeter.“ Ein neues Haus sollte her, und zwar eines, das möglichst sparsam mit Energie umgeht.

„Normalerweise hätte das bedeutet, in ein Neubaugebiet zu ziehen, da dort die Bedingungen für eine anspruchsvolle Solarnutzung einfacher sind“, sagt Matthias Purper. Diesen Rat gab zumindest ein Architekt, den das Paar angefragt hatte. „Er hätte uns ein schönes Passivhaus geplant, aber eben nicht hier auf unserem Grundstück mitten im Ort.“

Sonne und Dämmung sparen Heizkosten

Aber ihren Grund und Boden wollten der Systemprogrammierer und die Versicherungskauffrau unbedingt behalten, nicht nur aus finanziellen Gründen. „Er gehört einfach zur Familie“, erzählt Sylvia Purper. Doch das Grundstück liegt mitten im Ortskern einer kleinen Weinbaugemeinde im Rheingau, die Häuser stehen eng aufeinander, nur eine schmale Zufahrt erschließt das lang gezogene und um mehr als sechs Meter ansteigende Gelände.

Erst als die beiden von einem Nachbarn nach langem Zureden ein Stück Garten kaufen konnten, war ein größeres Bauvorhaben überhaupt denkbar. „Wir haben lange überlegt und mehrere Planer um Rat gefragt, aber keiner konnte uns so richtig weiterhelfen“, erinnert sich Matthias Purper an die zeitraubende Suche nach dem passenden Architekten und der richtigen Idee. Die Lösung kam mit einem Artikel in der Regionalzeitung, der das Haus von Clemens Dahl vorstellte. Der Architekt gilt in der Region als Planer für die schwierigen Fälle und hat sein eigenes Haus bereits im Jahr 1999 als Passivhaus mit niedrigem Energiebedarf und aktiver Solarnutzung realisiert. „Vom ersten Gespräch an hatten wir ein gutes Gefühl und haben uns dann auch ohne weitere Suche für Herrn Dahl entschieden“, erzählt Matthias Purper.

Fotos: Clemens Dahl, Architekt

Anzeige

ERFURT KLIMATEC

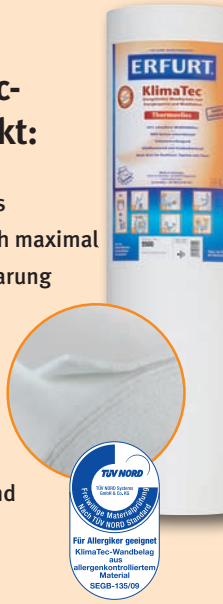
INNOVATION

Thermovlies – Das energetische Innenwandsystem zum Energiesparen und Wohlfühlen.

KLIMASCHUTZ 36% max. DURCH ENERGIESPAREN

ERFURT-KlimaTec-Energiespar-Effekt:

- Bis zu 65% schnelleres Wohlfühlklima, dadurch maximal 36% Heizenergieeinsparung
- Schimmelprävention
- Schallabsorbierend
- Rissüberbrückend
- Atmungsaktiv und feuchtigkeitsregulierend
- Allergiker geeignet



Das neue ERFURT-KlimaTec Thermovlies entkoppelt den trägen Kältespeicher „Wand“ vom Raum. Dadurch steht die maximale Wärme dem Aufheizen der Raumluft zur Verfügung. So werden Räume bis zu 65 % schneller erwärmt – und das mit geringerem Energieeinsatz.

INTERNET www.erfurt-klimatec.com

...mit Energiesparrechner!

Erfurt & Sohn KG
Hugo-Erfurt-Straße 1
42399 Wuppertal
Tel.: +49 202 61 10-0
Fax: +49 202 61 10-89 451
E-Mail: info@erfurt.com
Internet: www.erfurt.com
Serviceline:
+49 202 61 10-375

ERFURT
WÄNDE ZUM WOHLFÜHLEN

Der offene Wohn- und Essraum erstreckt sich fast über die ganzen 14 Meter Länge des Hauses.

Doch auch für den erfahrenen Planer stellten das nur zwölf Meter breite Grundstück, die Lage in zweiter Reihe und auch noch am Hang eine Herausforderung dar. Fast vier Monate lang drehte und wendete er zusammen mit der Baufamilie die Entwürfe hin und her, bis der Grundriss passte. „Letztlich haben wir den konventionellen Grundriss einfach umgedreht“, erläutert Dahl seine Planung, für die alle Nachbarn ihre schriftliche Zustimmung gaben. Im Erdgeschoss liegen nun die kühleren Schlafräume und ein Bad, ergänzt durch Hauswirtschafts- und Hausanschlussraum, da der felsige Untergrund einen Keller viel zu teuer gemacht hätte. Oben, wo die Sonnenstrahlen über die Nachbarhäuser hinweg reichen, sind die Wohnräume angeordnet: Küche, Essplatz und Wohnzimmer erstrecken sich in einem einzigen offenen Raum auf 58 Quadratmetern. Eine große Flügeltür führt ebenerdig auf die teilüberdachte Terrasse und in den am Hang gelegenen Garten. „So kann ich von der Küche aus unseren zweijährigen Sohn beim Spielen beobachten und den Garten leicht erreichen“, freut sich Sylvia Purper. Da die Nordwand direkt zum Nachbarn weist,

Das sonnendurchflutete Wohnzimmer und die ebenerdig anschließende Terrasse sind der Lieblingsspielplatz von Sohn Chris.

ist sie komplett geschlossen. Umso mehr Licht und Wärme fällt durch die großen, dreifach verglasten Fenster im Wohnbereich und im Dachgeschoss, das ein Arbeitszimmer und ein weiteres Bad beherbergt.

Das weit auskragende Dach schützt im Hochsommer vor Überhitzung, im Frühjahr und Herbst sorgt die schräg stehende Sonne im Innenraum teilweise für sommerliche Temperaturen, Jalousien halten den Wärmeeintrag in Grenzen. Per Computer berechnete Clemens Dahl, ob das neue Haus den Nachbarn mehr Schatten einbringt als das bestehende. „Mit der Simulation konnten wir viele Bedenken zerstreuen und die Zustimmung für den Bau gewinnen“, rechtfertigt er den Aufwand.

Darf es etwas mehr sein?

Für die angenehmen Temperaturen im Haus ist vor allem die gute Dämmung verantwortlich. Das Erdgeschoss und ein Teil des Oberschosses sind aus Ziegeln gemauert, die zusätzlich mit einer zwölf Zentimeter starken Dämmschicht versehen sind. „Noch während der Bauphase haben wir uns für zwei Zentimeter mehr Dämmung entschieden, da dies kaum zusätzliche Kosten verursacht hat“, berichtet der Bauherr. Der obere Teil des Ober- und das komplette Dachgeschoss sind in Holzbauweise erstellt. Die insgesamt 34 Zentimeter schlanke und mit 24 Zentimeter starken Holzweichfaserplatten gedämmte Konstruktion spart bei gleicher Dämmwirkung wertvolle Wohnfläche. „Technisch machbar wäre auch ein Passivhaus gewesen, aber die durch das Grundstück bedingte, lang gezogene und stark gegliederte Form hätte die dafür notwendige, extradicke Dämmung deutlich teurer gemacht. Das war vor allem eine wirtschaftliche Abwägung“,

Anzeige

Energie WertHaus

Garantiert wertvoll.
Das EnergieWertHaus.

- Premium-Marken, beste Hauskomponenten, aktuellste Technik
- Garantierte KfW-Förderung, besser als EnEV-Standard
- Minimaler Energieverbrauch
- Alle Grundrisse und Designs möglich
- Abnahme von unabhängigen Bausachverständigen
- Dokumentation durch Zertifikat und Hausakte

Über **300** zertifizierte Partner deutschlandweit

Jetzt informieren!
www.EnergieWertHaus.de

Xella Kundeninformation
Telefon: 08 00-5 23 56 65
info@xella.com | www.xella.de

ENERGIEWERTHAUS. AUF ZUKUNFT GEBAUT.

Neu zwischen alt: Der Blick von der Straße zeigt die schwierige Bausituation, die Einfahrt ist nur zwei Meter schmal.

verweist Matthias Purper auf die vielen Berechnungen, die das Paar während der Bauphase gemacht hat.

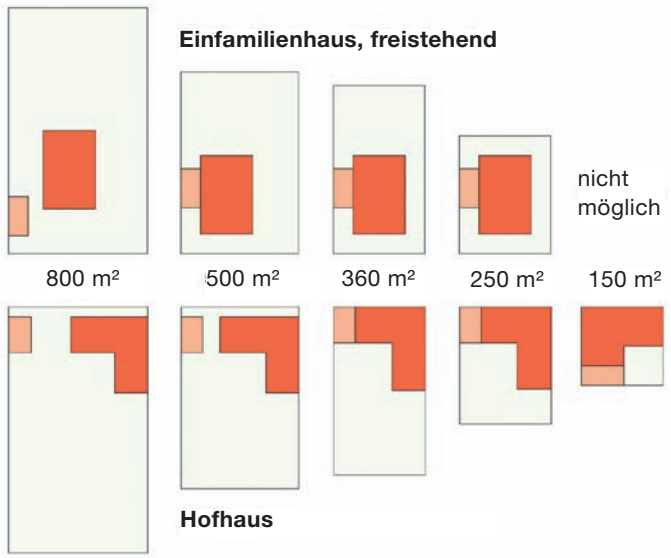
Jetzt durchziehen die Rohre einer Fußbodenheizung die Betonschicht der nach unten gedämmten Bodenplatte und der Decken und geben ihre Wärme direkt, ohne schwimmenden Estrich, an die Raumluft ab. Gleichzeitig speichern die schweren Betonteile die einfallende Sonnenwärme. Dank der guten Dämmung und der direkten Wärmeübertragung sind die Temperaturunterschiede zwischen Raumluft und Fußbodenheizung sehr gering. Maximal 21 Grad Heizwassertemperatur reichen aus, um das Haus warm zu bekommen „Am Anfang haben wir gar nicht gemerkt, dass die Heizung läuft“, lacht Sylvia Purper.

Geheizt wird das Haus von einer Wärmepumpe, die den Energiegehalt der Außenluft nutzt. Auch sie ist ein Kompromiss, denn ursprünglich sollte eine Erdwärmesonde den Untergrund anzapfen. „Die Bohrung wäre auf unserem Grundstück aber so aufwendig gewesen, dass wir trotz der besseren Jahresarbeitszahlen der Erdwärmepumpe 80 Jahre lang hätten heizen müssen, um die Mehrkosten wieder reinzuholen“, erläutert

Der Westgiebel des Wohnzimmers ist vollständig verglast und erlaubt den ungehinderten Blick in den Garten.

Was sind eigentlich Hofhäuser?

Durch immer kleinere Grundstücke in immer engeren Neubaugebieten stößt das typische frei stehende Einfamilienhaus an seine Grenzen: Bei weniger als 300 Quadratmetern Grundstücksfläche bietet es zu wenig Privatsphäre, verbraucht wegen der vorgeschriebenen Abstände in Relation zur Größe aber zu viel teuren Baugrund, und Garten wird zu einem schmalen Streifen, der kaum einen eigenen Raum bilden kann. Eine Alternative sind sogenannte Hofhäuser, die nicht nur auf dem Land und in Kleinstädten die Chance für einen städtebaulichen Neuanfang bieten. In der traditionellen Hofstruktur stehen die Häuser Rücken an Rücken, meist in Winkelform. Durch die fensterlose Grenzwand zum Nachbarn wird ein besserer Schutz der Privatsphäre erreicht, die Gartenfläche ist konzentriert zusammengefasst. Nebenanlagen wie Carports, Gartenhäuser und Stellplätze lassen sich besser integrieren. Dass sich die traditionelle Bauform sehr gut mit moderner Architektur verträgt, zeigen Beispiele auf www.hofhaus-projekt.de



Grafiken: Clemens Dahl

Matthias Purper seine Berechnungen. Die Jahresarbeitszahl gibt das Verhältnis von eingesetzter zu gewonnener Energie und damit die Effizienz einer Wärmepumpe wieder. In diesem Fall produziert die Pumpe aus einer Kilowattstunde Strom etwa drei Kilowattstunden Wärme. Ergänzt wird die Heizung durch eine Lüftungsanlage mit Wärmerückgewinnung, von der die Bauleute wirklich begeistert sind. Stets frische Luft im Haus, auch nach ausgiebigen Raclette- und Fondueabenden keine tagelangen Duftschwaden. Fensteröffnen ist jederzeit möglich, aber nicht nötig. Auch die Pollenallergie von Matthias Purper wird durch die Lüftungsanlage mit ihren Feinfiltern gelindert. „Unser Haus ist für mich in der kritischen Jahreszeit ein wahrer Ruhepol“, sagt er. Zusätzlich befördert ein Zentralstaubsauger Staub und Pollen über Rohre direkt aus dem Haus.

Unerwartet schwierig und langwierig war es, die Lüftungsanlage einzuregulieren. Die Nachbarn hatten sich über störende Geräusche beklagt, welche die Luftströmung an den auf dem Dach angeordneten Ansaug- und Auslassstutzen verursachte. Erst nach mehreren Monaten konnten Hersteller und Handwerker mit Schalldämpfern Abhilfe schaffen.

Sonnenstrom deckt (fast) den Energieverbrauch

Erst in der Planungsphase hatten sich Sylvia und Matthias Purper für eine Sonnenstromanlage entschieden, die zwei der drei Dachflächen fast vollständig bedeckt. 7,59 Kilowatt Spitzenleistung liefern die Module, die sich auf stattlichen 61 Quadratmetern ausbreiten. Dank der weitgehend nebelfreien Halbhöhenlage und der sonnenverwöhnten Region – das Rheingau

Anzeige

naturaLin® *plus*: Symbiose von Holz und Öl – HARO Parkett mit atmungsaktiver Naturöl-Oberfläche

naturaLin® *plus* von HARO ist ein natürlicher Holzschutz auf Basis von Naturölen, wie sie bereits seit Jahrhunderten verwendet werden.
Im Unterschied zu anderen Herstellverfahren darf das Öl bei HARO Parkett mit naturaLin® *plus* Oberfläche langsam an der Luft trocknen. Es dringt so besonders intensiv in die Holzporen ein und härtet zu einer dauerhaften Verbindung aus. Das Ergebnis: Der Boden fühlt sich völlig natürlich an und das Holz erstrahlt in all seiner Ursprünglichkeit.
Weitere Informationen zu naturaLin® *plus* und HARO Parkettböden mit Holz aus zertifizierten, nachhaltig bewirtschafteten Wäldern, erhalten Sie im Holzfachhandel oder unter www.haro.de.

HARO®
Endlich zuhause

Anzeige

Die Erfindung der KWK* war für die Welt unserer Kinder wichtiger als die Entdeckung eines neuen Sterns.

*Der Dachs. Die Kraft-Wärme-Kopplung.

SENERTEC

info@senertec.de · www.senertec.de

Waldwirtschaft mit Herz und Verstand

Achten Sie beim Kauf von Holz und Papier auf das FSC-Zeichen! Produkte mit dem Zeichen des Forest Stewardship Council fördern verantwortungsvolle Waldwirtschaft. www.fsc-deutschland.de

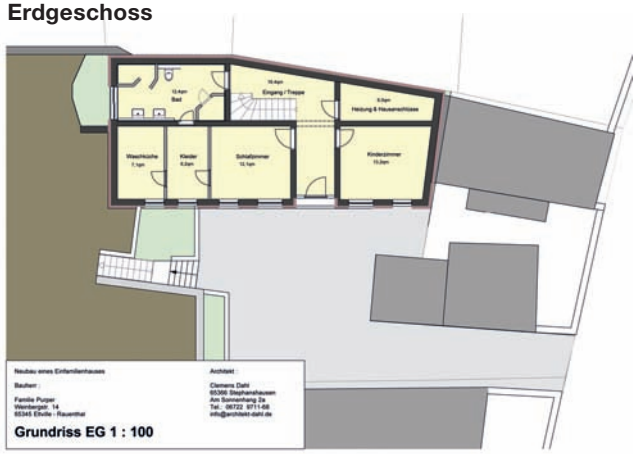
DEM WALD ZULIEBE.

FSC

ist nicht ohne Grund eine Weinbaugegend – produzierte die Anlage 2008 je Kilowatt Spitzenleistung mit 990 Kilowattstunden überdurchschnittlich viel sauberen Sonnenstrom. Bei 7.516 Kilowattstunden stand der Stromzähler, der die ins öffentliche Netz eingespeiste und vom Stromversorger vergütete Energie misst, nach einem Jahr. Der Zähler für die Wärmepumpe und die Lüftungsanlage drehte sich 2008 deutlich langsamer: nur 4.024 Kilowattstunden wurden für Heizung und Lüftung verbraucht. Rechnet man die 4.244 Kilowattstunden für den normalen Haushaltsstrom dazu, ist das Wettrennen zwischen Einspeise- und Verbrauchszähler beinahe ausgeglichen. „Wir waren selbst überrascht, wie hoch der Ertrag der Photovoltaikanlage ist und wie niedrig der Verbrauch für Heizung und Lüftung“, sagt Matthias Purper.

Durch Strom sparende Geräte und einen noch bewuss-

Erdgeschoss



Bautafel

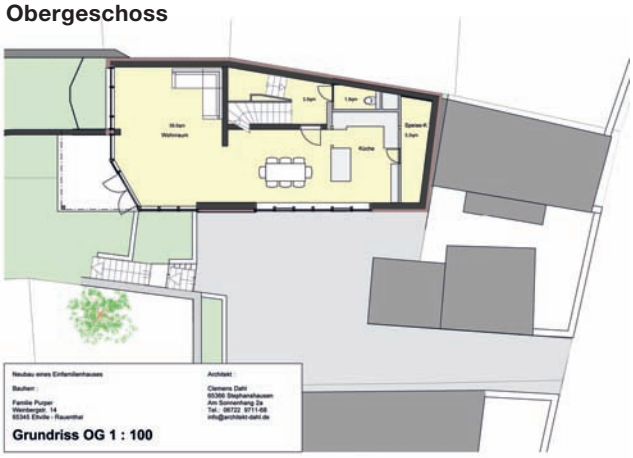
Baujahr: 2007.
Wohn-/Nutzfläche: 180/40 m².
Außenwand: Innenputz, 30 cm Ziegelmauerwerk, 12 cm Polystyrol-Wärmedämmverbundsystem, Außenputz. U-Wert: 0,18 W/(m²K).
Dachgeschoss: Gipsfaserplatte, 4 cm Installationsebene, 12 cm Holzständer mit Holzfaserdämmung, außenliegend 12 cm Holzfaserdämmplatten, Unterspannbahn, Lärchenschalung, U-Wert: 0,13 W/(m²K).
Dach: Holzbalkendach/Aufsparrenkonstruktion mit 24 mm Dreischichtplatten, 24 cm Holzweichfaserdämmung, Unterspannbahn, Lattung, Dachziegel, U-Wert 0,12 W/(m²K).
Fenster: Holzrahmenfenster mit Dreifachverglasung.
U-Wert Glas: 0,7 W/(m²K), U-Wert Rahmen: 1,1 w/(m²K).
Heizenergiebedarf: 26,5 kWh/m²a.
Primärenergiebedarf: 40,0 kWh/m²a.
Haustechnik: Luft/Wasser-Wärmepumpe, Leistung 7,4 kW, Jahresarbeitzahl zirka 3,0, Fußbodenheizung, Heizkörper im Dachgeschoss, kontrollierte Lüftungsanlage mit Wärmerückgewinnung und Sommerkassette für reinen Lüftungsbetrieb, Zentralstaubsauger.

teren Umgang mit elektrischen Verbrauchern soll eine ausgeglichene Energiebilanz erreicht werden, ohne gleich wegen jeder Kilowattstunde zu diskutieren. „Das Ganze soll schließlich auch Spaß machen“, betonen beide. Finanziell gleicht der Ertrag der Sonnenstromanlage die Kosten für den Strombedarf der Wärmepumpe und der Lüftungsanlage mehr als aus: 52 Euro monatlichen Heizkosten inklusive Warmwasser standen Einnahmen von rund 300 Euro gegenüber, von denen aber auch der Kredit für die Photovoltaikmodule bezahlt werden muss.

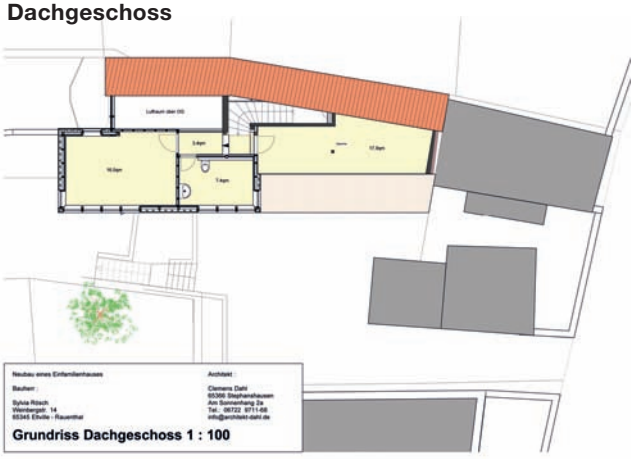
Trotz mancher Kompromisse würden sich Sylvia und Matthias Purper wieder für ein Haus in gewachsener Umgebung entscheiden: „Wir wohnen mitten im Ort und nicht in einem anonymen Neubaugebiet. Und nicht zuletzt ist unser Haus ein Einzelstück, auch wenn wir mehr planen, diskutieren und rechnen mussten.“

Volker Lehmkuhl

Obergeschoss



Dachgeschoss



Photovoltaikanlage: Leistung 7,59 kWp, Fläche 61 m².
Jahresertrag 2008: 990 kWh/kWp.
Architekt: Clemens Dahl, Am Sonnenhang 20, 65366 Geisenheim, Tel. 0 67 22 / 97 11 68, www.architekt-dahl.de

Anzeige

Der Dachs ist die Lösung:

Der Dachs erzeugt Wärme und dreimal so viel Strom, wie ein komfortables Wohnhaus braucht. Den Überschuss verkaufen Sie an’s EVU und kassieren zusätzlich die höchsten staatlichen Zuschüsse, die es je gab.

Fordern Sie den Prospekt an.

SENERTEC
Carl-Zeiss-Straße 18 · 97424 Schweinfurt
Tel.: 09721/651-0 · Fax: 09721/651-272

Photovoltaikanlagen

Ohne Dach geht's auch

Die höchste Förderung gibt es nur, wenn man seine Solarstromanlage aufs Dach installiert. Hat man kein passendes, muss man andere Gebäudeteile nutzen, die Module drehbar machen oder sich eine Dachfläche mieten.

Foto: mp-tec GmbH & Co KG

Solide Solarberater predigen immer dasselbe. Erstens: Die Stromausbeute und damit der finanzielle Ertrag hängt von der Ausrichtung der Anlage ab. Möglichst direkt nach Süden und um etwa 30 Grad geneigt sollte sie sein, auch etwas nach Osten oder Westen orientierte Anlagen bringen noch akzeptable Erträge. Zweitens: Wer die maximale Vergütung kassieren will, muss bestimmte Regeln beachten, denn den aktuellen Höchstsatz von 43,01 Cent je erzeugter Kilowattstunde Strom zahlt der Stromnetzbetreiber nur, wenn die Anlage auf einem Gebäudedach montiert ist und nicht mehr als 30 Kilowatt Spitzenleistung hat, was einer Modulfläche von etwa 240 Quadratmetern entspricht. Für eine übliche Privatanlage mit fünf Kilowatt Leistung werden immerhin noch 40 Quadratmeter Dachfläche benötigt, die zudem schattenfrei und tragfähig sein muss.

Dach mit Doppelnutzen

Doch auch wenn das eigene Dach zu klein ist, in die falsche Richtung weist oder von Bäumen oder Nachbargebäuden verschattet wird, ist der Weg in die umweltfreundliche Stromproduktion noch

nicht verstellt. Unkonventionelle Lösungen lohnen sich, denn die wirtschaftlichen Anreize sind einfach zu verlockend. Wo gibt es das in Zeiten der Krise noch, eine Investition, die mindestens 20 Jahre lang eine ordentliche Rendite bringt, ein überschaubares Risiko darstellt, und das Ganze ist auch noch umweltfreundlich und staatlich garantiert? Auf jede Art von Sonnenstromanlagen treffen diese Anforderungen zu. Denn dank rapide gesunkener Modulpreise sind Photovoltaikanlagen seit Jahresbeginn um bis zu 20 Prozent günstiger zu haben. Damit wird die gegenüber 2008 um acht Prozent niedrigere, staatlich garantierte Einspeisevergütung für den produzierten Strom mehr als ausgeglichen, Renditen zwischen fünf und acht Prozent sind durchaus mach-bar.

Doch auf welchen Umwegen gelangt man doch noch zum eigenen Sonnenstromkraftwerk?

Gibt es rund ums Haus noch Platz, sind etwa ein Carport oder ein Gartenhaus durchaus geeignet, als rechtlich einwandfreie Tragkonstruktion im Sinne des Gesetzes zu dienen. Die oberbayerische Firma Schletter, die normalerweise Gestelle für riesige Freilandsolarparks und Solarcarports für Firmenparkplätze oder Einkaufszentren herstellt, sieht auch für den Privatbereich durchaus Potenzial: „Bei entsprechender Nachfrage würden wir ein Standardmodell entwerfen und gleich die Anleitungen für Fundamente und Montage mitliefern“, sagt Hans Urban, Leiter des Geschäftsbereichs Solar-Montagesysteme. Allerdings sollte es mindestens ein Doppelcarport sein, argumentiert Urban, damit der Stromertrag im Verhältnis zu den zusätzlichen Kosten steht. Für die Metallkonstruktion rechnet der Diplomingenieur mit zirka 2.500 Euro netto ohne Fundamente, Montage, Module und sonstiges Zubehör.

Einen Schritt weiter ist die Firma MP-Tec im brandenburgischen Eberswalde, die bereits seit zwei Jahren Solarcarports auch für den Privatbereich offeriert. Ein Doppelcarport bietet zum Beispiel nicht nur Platz für zwei Pkw, sondern auch für 30 Photovoltaikmodule, die zusammen 4,2 Kilowatt Nennleistung erbringen. 16.800 Euro inklusive Mehrwertsteuer verlangt der Anbieter für die Konstruktion aus Edelstahl und Aluminium inklusive Module, Wechselrichter, Kabel und Zubehör.

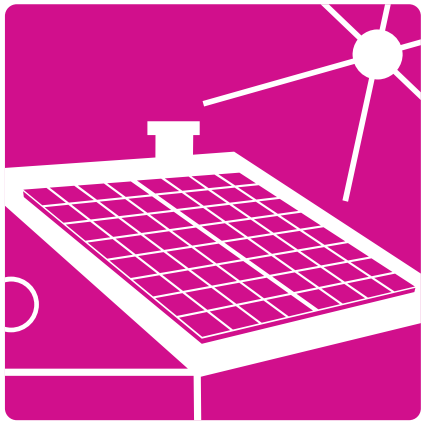
Eine andere Idee hatten die Brüder Horst Uli und Walter Johannsen. Das drehbare Dach oder Obergeschoss ihrer Solarpavillons richtet die Pultkonstruktion mit der Sonnenstromanlage immer direkt zur Sonne aus. Von vier bis 12,5 Metern Durchmesser reicht die Palette der aus Holz konstruierten Gebäude, die in den größeren Varianten veritable Wohn- oder Geschäftshäuser mit bis zu 200 Quadratmetern Wohnfläche sind. Die kleinste Ausführung mit vier Metern Durchmesser geht bei den Behörden noch als genehmigungsfreie Gartenlaube durch. Rund 60.000 Euro Materialkosten ohne Photovoltaikanlage veranschlagt das Unternehmen

Anzeige

www.centrosolar.com

CENTROSOLAR

Investieren Sie in eine Photovoltaikanlage!



Unsere maßgeschneiderten Premium-Komplettsysteme erwirtschaften nachhaltig hohe Renditen, und diese sind für das Installationsjahr und weitere 20 Jahre gesetzlich garantiert: Die Sonne kennt eben keine Rezession!

CENTROSOLAR AG ■ Behringstraße 16 ■ 22765 Hamburg ■ Telefon: +49 (0)40 391065-0 ■ info@centrosolar.com

im badischen Schopfloch für ein Haus mit zehn Metern Durchmesser und nutzbarem Obergeschoss. Die Einnahmen aus der Sonnenstromproduktion tragen nach dem Verständnis der beiden Tüftler zur Finanzierung des Gebäudes bei.

Wichtig bei allen Gebäuden mit Doppelnutzen: Die Sonnenstromerzeugung darf nicht der vorrangige Nutzungszweck sein, sonst verweigert der Stromnetzbetreiber die erhöhte Einspeisevergütung.

Per Computer immer der Sonne nach

Doch warum ein ganzes Gebäude drehen? Eigentlich reicht es, die Anlage selbst dem Lauf der Sonne folgen zu lassen und so die fehlende Dachfläche wettzumachen. Solche nachgeführten Anlagen werden im Branchenjargon „Tracker“ genannt. Derartige Montagegestelle stehen bereits zu Tausenden in Solarparks, oft in riesigen Ausführungen, es sind aber auch Modelle auf dem Markt, die sich prinzipiell für den Privatkunden eignen. Erhältlich sind einachsige Modelle, die sich computergesteuert den Tag über mit der Sonne drehen, und zweiachsige, welche die Module zusätzlich je nach Jahreszeit auf die höher oder niedriger stehende Sonne ausrichten. „Der Ertrag steigt dadurch je nach Standort um 15 bis 22 Prozent bei einachsigen und um bis zu 40 Prozent bei zweiachsigen Trackern“, bestätigt Oskar Wolf, Sonnenstromexperte beim gemeinnützigen Informationszentrum Solid in Fürth.

Wer deswegen gleich von zweistelligen Renditen träumt, sollte sich vorher näher informieren. Denn

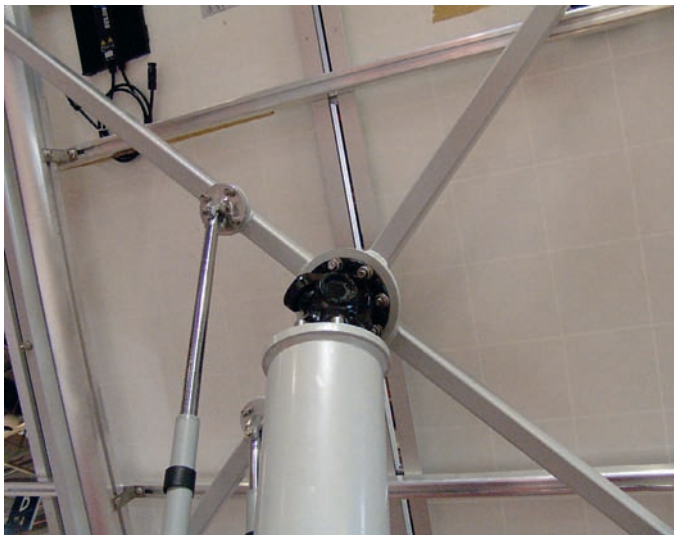


Foto: mp-tec GmbH & Co KG

Nachgeführte Sonnenstromanlagen müssen bei jedem Wetter zuverlässig arbeiten. Deshalb muss die Technik robust sein.

einfach einen Tracker in den Garten zu stellen reicht nicht. Erstens ist dafür – je nach Bundesland – oft eine Baugenehmigung nötig und zum anderen zahlt der Netzbetreiber, wenn überhaupt, für den hier erzeugten Strom nur die Grundvergütung von 31,94 Cent je Kilowattstunde. In Verbindung mit den Mehrkosten von zirka 800 bis 1.000 Euro je Kilowatt Nennleistung für einen Tracker mit Fundament und Montage muss man schon genau rechnen, ob sich der erhöhte Aufwand lohnt.

Versuchen, eine nachgeführte Anlage an oder auf ein Gebäude zu montieren und so die höhere Einspeisevergütung zu kassieren, hat der Bundesgerichtshof im Herbst 2008 enge Grenzen gesetzt (Az. VIII ZR 313/07): Danach sind an oder auf einem Gebäude angebrachte Tracker keine Dachanlagen, wenn deren Tragwerk vorrangig darauf ausgerichtet ist, die Photovoltaikmodule zu tragen. „Anders sieht es aus, wenn das Gebäude schon vorher existiert hat“, präzisiert Martina Selzer vom nordhessischen Anbieter Elektro Kirchner. „Auf jeden Fall sollte man vor der Unterschrift unter einen Kaufvertrag die baurechtlichen Gegebenheiten und die Bestimmungen des Erneuerbare Energien Gesetzes prüfen lassen, um im schlimmsten Fall nicht ganz ohne Vergütung dazustehen“, warnt Fachfrau Selzer vor den Tücken des Gesetzes.

Ein weiterer Prüfpunkt ist die Statik des Gebäudes, merkt Solid-Experte Oskar Wolf an: „Schon bei kleinen Trackern wirkt die Modulfläche von zehn bis 30 Quadratmetern wie ein Segel. Um die entstehenden Kräfte zu kompensieren, braucht es unbedingt eine statische Berechnung, sonst kann es zu Schäden am Haus kommen.“ Außerdem sind Wartungs- und Kontrollaufwand höher als bei starren Dachanlagen.

Dach: Haste keins, pachte eins

Statt auf dem eigenen Dach, kann man auch auf fremden Dächern Nutzen bringend in Solarstrom investieren. Entweder beim Nachbarn, in der Verwandtschaft oder bei Dachverpächtern. Zu Letztgenannten stellen Dachbörsen im Internet den Kontakt her. Innerhalb von 20 Jahren muss man als Investor mit Pachtzahlungen von 50 bis 80 Euro pro Quadratmeter rechnen: Das ergibt über die gesamte Laufzeit 400 bis 600 Euro pro Kilowatt Nennleistung. Vorher sollte man klären, ob für das Gebäude überhaupt eine Zusage des Netzbetreibers auf Anschluss besteht. Denn nicht alle Gebäude, etwa Scheunen, sind an das elektrische Versorgungsnetz angeschlossen.

Steuern: neue Abschreibungsregeln

Wer eine Photovoltaikanlage betreibt, wird zum Unternehmer. Denn nur so kann er die gezahlte Umsatzsteuer für die Anschaffung der Anlage geltend machen, eine der Voraussetzungen für den wirtschaftlichen Betrieb. Im Gegenzug muss man Umsatzsteuer auf die Einnahmen aus der Einspeisevergütung zahlen und die Einnahmen versteuern. Als Ausgleich können Betreiber die Kosten für Anschaffung, Wartung und Reparatur ihrer Photovoltaikanlage von der Steuer absetzen. Die Regelungen hierfür haben sich 2009 geändert: Betreiber haben nun die Wahl zwischen einer linearen Abschreibung von jährlich fünf Prozent der Investitionssumme über 20 Jahre hinweg oder einer degressiven Abschreibung von maximal 12,5 Prozent auf den jährlich verbliebenen Nettorestwert der Anlage. Zusätzlich zur degressiven Abschreibung kann im Jahr der Inbetriebnahme der Photovoltaikanlage unter bestimmten Bedingungen eine Sonderabschreibung in Höhe von 20 Prozent der Anschaffungskosten vorgenommen werden, meldet die Steuerberaterkammer Rheinland-Pfalz. Gewerbesteuer wird erst ab einem gewerblichen Gewinn von 24.500 Euro fällig.

FÜR SIE DAS BESONDERE.
ZEITLOS SCHÖNE UND GEMÜTLICHE **POLSTERBETTEN.**

dormiente®
RICHTIG GUT **SCHLAFEN**

POLSTERBETT **ARUN**

Unsere Polsterbetten unterliegen keinem Trend. Unsere Polsterbetten sind zeitlos, denn Sie machen jeden Trend mit. Durch leicht wechselbare und waschbare Bezüge können Sie diese Betten Ihrer Umgebung anpassen. Ob dezente unifarbene oder markant gemusterte Bezüge. Ob feine oder grobe Bezugsstoffe. Doch das besondere ist der hohe Komfort. Die angenehme Bettrahmenhöhe ermöglicht den bequemen Einstieg und Ausstieg und der gepolsterte Bettrahmen sorgt für eine gemütliche Schlafumgebung ohne Ecken und Kanten. Zudem sind alle verwendeten Materialien streng auf Schadstoffe kontrolliert und begleiten Sie so besonders gesund und erholsam durch die Nacht. Einfach besonders eben!

POLSTERBETT **STELLA**

POLSTERBETT **VEGA**

POLSTERBETT **VEGA KOMFORT**

www.dormiente.com

WIR FREUEN UNS AUF SIE:

0|
01099 DRESDEN, **TROLLHUS,** KÖNIGSBRÜCKER STR. 45 (ECKE ESCHENSTR.)
04109 LEIPZIG-ZENTRUM, **ZEITLOS SCHLAFEN & WOHNEN,** GOTTSCHEDSTR. 12
04109 LEIPZIG, **HUBERT-SCHENKEN-WOHNEN-LEBEN,** NIKOLAISTR. 55
08134 WEISSBACH, **TISCHLEREI JENS TUFFNER,** ZUM SPORTPLATZ 4

1|
10585 BERLIN, **ARMIN SCHNEIDER,** WILMERSDORFERSTR. 150
10623 BERLIN, **TROLLHUS IM STILWERK,** KANTSTR. 17-20
10625 BERLIN, **OASIS,** GOETHESTR. 14/ECKE SCHLÜTERSTR. NÄHE SAVIGNYPLATZ
14169 BERLIN, **SCHMITT DAS BETTENHAUS,** TELTOWER DAMM 28

2|
20095 HAMBURG, **TRAUM STATION,** GERTRUDENSTR. 3
21335 LÜNEBURG, **BURSIAN,** BEI DER KEULAHÜTTE 1/AUF DER HUDE (ILMENAU CENTER)
22761 HAMBURG-ALTONA, **TREIBHOLZ NATÜRLICHE EINRICHTUNGEN,** STAHLTWIETE 14A
22769 HAMBURG, **FUTONIA,** STRESEMANNSTR. 232-238
22850 NORDERSTEDT, **PFEFFER BETT- UND TISCHKULTUR,** BERLINER ALLEE 44
28203 BREMEN, **TREIBHOLZ - NATÜRLICHE EINRICHTUNGEN,** AUF DEN HÄFEN 16-20
28870 POSTHAUSEN, **WWW.DIE-NR-1.COM,** POSTHAUSEN 20

3|
30449 HANNOVER, **RZ-MÖBEL,** FALKENSTR. 9
33602 BIELEFELD, **OASIS-WOHNFORM,** VIKTORIASTR. 39
34346 HEDEMÜNDEN, **BETTENHAUS KRAFT,** MÜNDENER STR. 9
35037 MARBURG, **SCHREINEREI U. MÖBELHAUS TEXTOR,** LIEBIGSTR. 10-14
35390 GIESSEN, **DORMIVITAL SHOWROOM,** SCHULSTR. 11
35452 HEUCHELHEIM, **DORMIVITAL,** AM ZIMMERPLATZ 3

4|
40210 DÜSSELDORF, **MASSLOS GALERIE DER BETTEN,** STEINSTR. 32
40670 MEERBUSCH-OSTERRATH, **FROVIN,** BREITE STR. 23
41061 MÖNCHENGLADBACH, **BAUMHAUS,** ERZBERGER STR. 170
42657 SOLINGEN, **DER ANDERE LADEN,** NEUENHOFER STR. 14

5|
50672 KÖLN, **DIE DRITTE HAUT,** VENLOER STR. 59
50672 KÖLN, **TRAUMKONZEPT,** HOHENZOLLERNRING 21-23
50733 KÖLN-NIPPES, **PRO NATURA,** FLORASTR. 19
52062 AACHEN, **SEQUOIA EINRICHTUNGEN,** THEATERSTR. 13
53111 BONN, **WOHN SITZ ART,** OXFORDSTR. 9
55124 MAINZ, **WOHNSTUDIO WOLF,** AM SÄGEWERK 23A
56068 KOBLENZ, **TEPPICH PIES,** WWW.WOHNBEDARF-PIES.DE
56170 BENDORF, **KURZ-BILDHAUER RAUMGESTALTUNG,** CONCORDIASTR. 75
59423 UNNA, **RÜCKGRAT SITZEN•ARBEITEN•NATÜRLICH SCHLAFEN,** FLÜGELSTR. 13

6|
60322 FRANKFURT, **BETT-GEFLÜSTER,** WWW.BETT-GEFLUESTER.EU
63589 LINSENGERICHT, **ERGO SITZPLATZ,** KLEINBAHNWEG 4
63785 OBERNBURG/M., **FISCHERS NEUART,** KATHARINENSTR. 19
65207 WIESBADEN-IGSTADT, **HOLZWERKSTATT FILOU,** KLEINE STR. 7
67098 BAD DÜRKHEIM, **OE.CON.,** GUTLEUTSTR. 50
68161 MANNHEIM, **BEL MONDO,** M2, 8-9
69115 HEIDELBERG, **BEL MONDO,** ROHRBACHER STR. 54

7|
70174 STUTTGART, **HOLZMANUFAKTUR - SHOWROOM,** KRONENSTR. 30
72793 PFULLINGRN, **GESUNDHAUS,** MARKTSTR. 152
73728 ESSLINGEN, **CALYPSO,** STROHSTR. 14
76133 KARLSRUHE, **ROTER PUNKT,** AMALIENSTR. 25/ECKE WALDSTR.
76227 KA-DURLACH, **ZURELL GANZ ANDERS SITZEN & LIEGEN,** PFINZTALSTR. 25
78462 KONSTANZ, **RELAX,** UNTERE LAUBE 43
79713 BAD SÄCKINGEN, **M. & C. MÜLLER,** RHEINBRÜCKSTR. 8

8|
80469 MÜNCHEN, **OASIS WOHNKULTUR,** REICHENBACHSTR. 39
83022 ROSENHEIM, **SARINGER WOHNEN,** INNSTR. 31-33
83043 BAD AIBLING, **BETT & WÄSCHE E. SCHÜSSLER,** SEDANSTR. 6
83734 HAUSHAM, **RAINER LINSEISEN – SCHREINEREI – INNENAUSBAU,** INDUSTRIESTR. 12

9|
90427 NÜRNBERG, **DER SCHUBLADEN,** BRETTERGARTENSTR. 97 B
90443 NÜRNBERG, **WORLD OF SLEEP,** KNAUERSTR. 11
92224 AMBERG, **STRABELLO – WOHNRAUM GESTALTEN,** FUGGERSTR. 36
94315 STRAUBING, **DER POLSTERER,** SIMON-HÖLLER-STR. 8
94327 BOGEN, **REINER - NATÜRLICHES BAUEN & WOHNEN,** BÄRNDORF 3

ITALIEN|
I - 39011 LANA, **SCHLAF G´SUND,** BOZNERSTR. 21

Außerdem wichtig: die Eintragung einer sogenannten Dienstbarkeit im Grundbuch. Damit sichert sich der Besitzer der Anlage – und mit ihm die finanzierende Bank – das Recht, die Photovoltaikanlage zum Beispiel bei einem Besitzerwechsel des Gebäudes weiter zu betreiben. Musterverträge finden sich bei den Dachbörsen im Internet, bei Beratungsvereinen wie Solid (www.solid.de) oder erfahrenen Installateuren. Ein Rechtsanwalt und ein Steuerberater sollten die Vereinbarungen prüfen.

Als Alternative zum Mietdach kann man auch eine frei stehende nachgeführte Anlage kaufen. Elektro-Kirchner zum Beispiel bietet komplett bestückte Tracker an als einzelne „Energiebäume“. Die stehen auf extra ausgewiesenen Grundstücken im Freiland oder auf Parkplätzen in Gewerbegebieten. Wie bei allen Sonnenstromanlagen gilt auch hier, mit spitzem Bleistift nachzurechnen, ob sich die Investition lohnt, denn sowohl der Standort als auch die Serviceleistungen müssen stimmen. Bei einem Ausfall der Nachführung oder eines Moduls muss rasch gehandelt werden, um den Verlust durch Stillstand der Anlage in Grenzen zu halten. Wer sich möglichst wenig kümmern will, sollte nach einer Bürgersolaranlage in der Nähe Ausschau halten. Diese werden von Vereinen oder Stadtwerken betrieben, rundum betreut und bieten dem Investor umweltfreundliche Renditen. Auf den persönlichen Steuerbonus muss man dann aber verzichten, da solche Beteiligungen als Kapitalanlage gelten und auch steuerlich so behandelt werden.

Volker Lehmkuhl

Definitionsfrage: Was ist ein Gebäude?

Die höchste Einspeisevergütung von aktuell 43,01 Cent je Kilowattstunde erhält der Betreiber für Anlagen auf Gebäudedächern. Doch um die Frage, was ein Gebäude ist, gibt es manchmal Streit. „Gebäude sind selbstständig benutzbare, überdeckte bauliche Anlagen, die von Menschen betreten werden können und vorrangig dazu bestimmt sind, dem Schutz von Menschen, Tieren oder Sachen zu dienen“, bestimmt § 33 Absatz 3 des Erneuerbare Energien Gesetzes (EEG). Außerdem gilt die Höchstförderung nur, wenn die Anlage „an oder auf einem Gebäude oder einer Lärmschutzwand“ montiert ist. Wer etwa die in der Erde verankerten Stützmasten mehrerer Nachführanlagen mit Wänden verbindet und ein Dach darauf zimmert, wird es schwer haben, diese Konstruktion als Gebäude anerkannt zu bekommen. Zudem muss die normale Nutzung des Gebäudes vor der Sonnenstromerzeugung überwiegen. Bei einem Solarcarport sollte also die Zahl der normalerweise darunter stehenden Autos zur Dachfläche passen. Auch wer sein Grundstück mit zehn Solarlauben oder drehbaren Schuppen pflastert, wird in Erklärungsnöte kommen. Streitfälle klärt die unabhängige EEG-Clearingstelle beim Bundesumweltministerium www.clearingstelle-eeg.de, Tel. 030/20614 16-0.

Foto: mp-tec GmbH & Co KG

Schutz fürs Auto und Stromerzeuger in einem: Ein Carport mit einem Dach aus Solarmodulen schlägt zwei Fliegen mit einer Klappe. Steht dann noch ein Elektroauto darunter, schließt sich der Kreis.

Foto: www.sonnenpavillon.com

Laube mit Sonnendach: Unbedingt notwendig ist ein alleinstehendes Gebäude wie Carport oder Pavillon aber nicht. Wer sowieso einen Anbau oder einen Wintergarten plant, kann dessen Dach für die Solarmodule nutzen.

Foto: Elektro Kirchner GmbH

Nachführanlage: Das Gebäude darf nicht nur zur Befestigung der Solartechnik dienen.

[Luft]

[Wasser]

[Erde]

[Buderus]

Regenerative Heiztechnik im System

Neues Heizsystem?

www.Einheizprämie.de

Jetzt profitieren Sie doppelt!

1.898 €* Preisvorteil

2.210 €** Förderung

Zeigen Sie den steigenden Energiepreisen die kalte Schulter! Denn jetzt heizt Ihnen Buderus kräftig ein: mit Gas- oder Öl-Brennwert-Systemen, die auch mit solarer Unterstützung beim Energiesparen so richtig aufdrehen. Und jetzt sogar mit doppelter finanzieller Starthilfe: der staatlichen Förderung für innovative Heiztechnik – und der Buderus Einheizprämie. Das bedeutet: Zwischen dem 01.06. und 31.10.2009 gibt es von uns ein attraktives System-Zubehörpaket gratis dazu. Interessiert? Dann klicken Sie schnell vorbei!

* Beim Kauf eines Aktionssystems im Aktionszeitraum erhält der Anlagenbetreiber von dem teilnehmenden Heizungsfachbetrieb ein abgestimmtes System-Zubehörpaket im Wert von bis zu 1.898 € (je nach Ausstattung) gratis dazu (unverbindliche Hersteller-Preisempfehlung einschl. 19 % MwSt.).
** Die Systeme werden je nach Ausstattung mit bis zu 2.210 € staatlich gefördert (www.bafa.de).

Wärme ist unser Element

Buderus

Bosch Thermotechnik GmbH, Buderus Deutschland, Bereich MKT, 35573 Wetzlar, www.buderus.de, 0 18 05/22 97 97
0,14 € je angefangene Minute für Anrufe aus dem deutschen Festnetz. Kosten für Anrufe aus Mobilfunknetzen können abweichen.

Neue Häuser

Öko-Design

Foto: Becker Haus

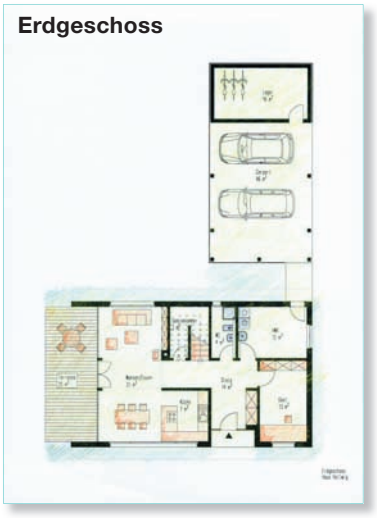
Zum Heizen, zur Warmwasserbereitung und zur Kühlung im Sommer wird eine Erdwärmepumpe genutzt, auf dem Dach produziert eine Photovoltaikanlage umweltfreundlich Strom. Weil das Haus unterm Strich deutlich mehr Energie erzeugt, als die Bewohner für Heizung, Warmwasser und den gesamten Haushalt benötigen, handelt es sich um ein sogenanntes Plus-Energiehaus. Das Besondere daran: Man betritt hier kein minimalistisches, technikstrotzendes Energiespargebäude, sondern ein mehrfach preisgekröntes Designobjekt.

Obwohl auf der Nordseite weitgehend geschlossen, ist der Wohnbereich mit seiner Glasgiebelfassade unglaublich hell, der Luftraum bis hinauf in den First sorgt für zusätzliche Weite.

Die gelungene Grundrissgestaltung im Erdgeschoss – mit Gästezimmer, Zusatz-WC und großem Hauswirtschaftsraum – setzt sich oben fort.

Konzipiert für ein Paar mit Kind, bleibt genügend Raum für eine Ankleide im Elternzimmer sowie eine Galerie als Rückzugsraum. Die Liebe zum Detail in der Planung zeigt sich beispielsweise an den Lichtbändern im Traufbereich und an dem Stauraum empor der Innentreppe. Ausgefallen ist die Idee der Carportnutzung auf der oberen Ebene: in Form eines langen Überwegs, der entlang eines begrünten Daches gradewegs auf eine 20 Quadratmeter große Dachterrasse führt. Damit jeder Quadratmeter genutzt wird, findet sich darunter ein abgeschlossener Lager- und Abstellraum. Bemerkenswert ist neben der Öko-Haustechnik auch die Bauweise aus raumseitigen Massivholzelementen samt Dämmung aus nachwachsenden Rohstoffen.

Paul Daleiden/ Norbert Weimper



Fakten

Anbieter: Becker-Haus, Kolpingstr. 4, 59964 Medebach, Tel. 0 29 82 / 92 14-0, www.becker-haus.com
Bauweise: Massive Holzbauweise.
Wandaufbau: 27 mm Holzverschalung, 50 mm Lattung zur Hinterlüftung, 200 mm Wärmedämmung, diffusionsoffene Membran zur Luftdichtung, 100 mm Massivholz.
Dämmstoff: Holzweichfaser.
Haustechnik: Erdwärmepumpe mit Tiefenbohrung, Lüftungsanlage mit Wärme- und Feuchterückgewinnung, Photovoltaikanlage, Regenwassernutzungsanlage, Zentralstaubsauger.
U-Werte: Außenwand 0,17; Dach 0,17 W/(m²K).
Jahresheizwärmebedarf: 38 kWh/(m²a).
Jahresprimärenergiebedarf max. zulässig: 111 kWh/(m²a).
Jahresprimärenergiebedarf berechnet: 39 kWh/(m²a).
Wohnfläche: 147 m².
Lieferbereich: bundesweit.
Preis: ab 259.000 Euro schlüsselfertig ab OK.

Anzeige

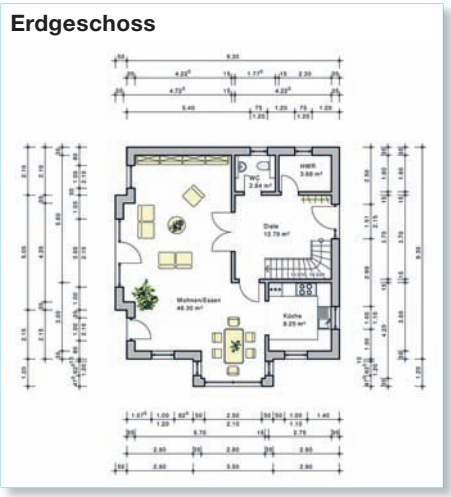
Kostenfreundlich,
umweltfreundlich,
familienfreundlich...

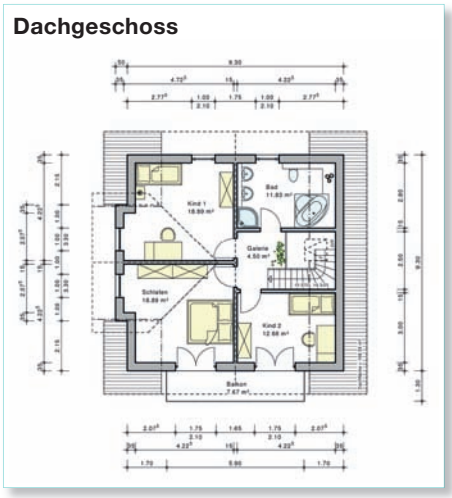
Holzpellets-Infos: 07202 922-0

Paradigma Holzpellets-Systeme mit dem Hightech-Kessel Pelletti bieten viel Grund zur Freude. Sie machen unabhängig von hohen Öl- und Gaspreisen. Zudem ist das Heizen mit Holzpellets äußerst umweltverträglich. So sorgt Paradigma, einer der führenden Anbieter von ökologischen Heizsystemen, für ein gutes Klima zum Leben.

www.paradigma.de
Natürlich Wärme
PARA DIGMA

Foto: Allstav Haus GmbH





Windstrom vom Dach

Es sieht aus wie ein ganz normales Einfamilienhaus – wäre da nicht dieser ungewohnte Dachaufbau: ein filigranes Windrad auf einem Metallständer, kaum größer als eine Satellitenschüssel. Eine Kleinturbine mit 1 kW Leistung soll übers Jahr gesehen mindestens die Menge Strom produzieren, die die Wärmepumpe für die Hausheizung benötigt. Damit handelt es sich um das erste serienmäßige Nullheizenergiehaus hierzulande, das mit Sonnen- und Windenergie betrieben wird.

„0,0-Literhaus“ nennt Allstav seine Entwicklung, die auf drei Säulen basiert: minimaler Heizwärmebedarf durch eine extrem winddichte und hochwärmegedämmte Gebäudehülle, in Luft und Erde gespeicherte Sonnenenergie sowie der Windkraft für den Anlagenstrom. Die Überschüsse des Windstroms speist man direkt ins häusliche Stromnetz ein. Das heißt, es werden Lampen, Fernseher und andere Hausgeräte sowie gerade im Sommer, wenn keine Heizleistung benötigt wird, auch der Kühl- und Eisschrank mit sauberer Energie vom Dach versorgt. Eine Koppelung der Windkraftanlage mit Photovoltaik ist möglich.

Doch was ist, wenn dem Wind einmal die Puste ausgeht? „Dabei handelt es sich um eine theoretische Frage“, erklärt Luboslav Blicha, Geschäftsführer von Allstav-Haus. Die Praxis zeige, „dass das so gut wie nicht vorkommt“. Außerdem habe man einen Pufferwärmespeicher für mindestens einen halben Tag Heizwärme im Vorrat – erst „im allerungünstigsten Falle würde die Anlage sofort automatisch auf Energie aus dem öffentlichen Versorgungsnetz umstellen“.

Fakten

Anbieter: Allstav Haus GmbH, Kieselbronner Straße 44, 75177 Pforzheim, Tel. 07231/56611-0, www.allstav-haus.de
Bauweise: Holzrahmenbau in Großtafelbauweise.
Wandaufbau: Edelputz auf Grundputz mit Armierungseinlage, 200 mm Dämmung, 12,5 mm Gipsfaserplatte, Dampfsperre, 100 mm Holzständerwerk mit Dämmung, 12,5 mm OSB-Platte, 12,5 mm Gipskartonplatte.
Dämmstoff: mineralisch, Hartschaum.
Haustechnik: Luftwärmepumpe, Windrad für Anlagenstrom und Hausnetz.
U-Werte: Außenwand 0,11; Dach 0,13 W/(m²K).
Jahresheizwärmebedarf: 48,08 kWh/(m²a).
Jahresprimärenergiebedarf max. zulässig: 112,82 kWh/(m²a).
Jahresprimärenergiebedarf berechnet: 58,74kWh/(m²a).
Wohnfläche: 139,20 m².
Lieferbereich: Süddeutschland, Schweiz.
Preis: ab 199.000 Euro schlüsselfertig ab OK (plus dritter Giebel, Windrad und Beläge).

Bei gesundem Essen
mache ich schon mal
eine Ausnahme. Bei
gesundem Wohnen nicht.

ÖKO TEST
Magazin für Gesundheit und Umwelt
Hobelspäne-Dämmung
Holz S 45
Empfehlenswert

In jahrzehntelanger Forschung haben wir ein ganzheitliches Konzept für gesundes Wohnen entwickelt, das weit mehr umfasst als schadstoffgeprüfte Materialien: wirkungsvollen Schutz vor Belastungen durch Elektrosmog dank der einzigartigen Xund-E-Schutzebene oder auch ein ausgeglichenes Raumklima aufgrund von atmungsaktiven Außenwänden. Überhaupt bietet Ihnen unsere konsequent biologische Naturbauweise eine Luftqualität, wie man sie sonst nur in Naturschutzgebieten kennt – als Folge einer hohen Konzentration negativ geladener Sauerstoff-Kleinionen. Was jetzt vielleicht etwas sehr komplex klingen mag, erklären Ihnen unsere Gesundheitsexperten gerne im Detail.

Lassen Sie sich von unserem ganzheitlichen Gesundheitskonzept überzeugen und von unserem kostenlosen Stilwelten-Katalog inspirieren. www.baufritz-ot.de

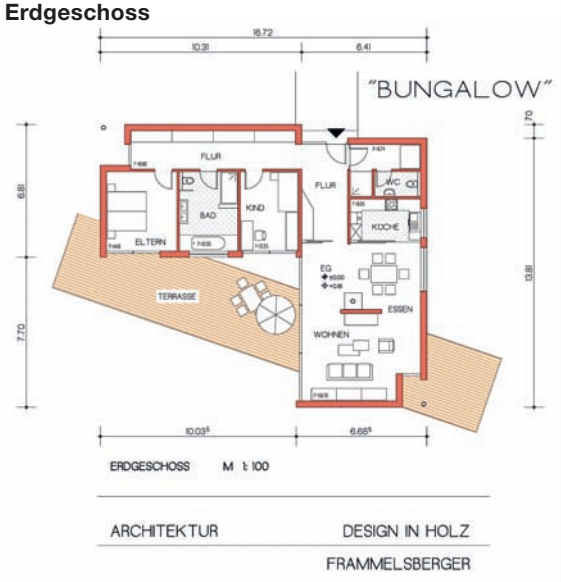
BAUFRITZ®
SEIT 1896

Offenes Haus

Die Renaissance des Bungalows? Dieses Haus ist sicher nicht für jedes neue Baugebiet geeignet. Aber dort, wo es hinpasst, bleiben wohl kaum Wünsche offen. Design-145-Bungalow nennt Frammelsberger den Entwurf, der barrierefreies Wohnen auf einer Ebene bieten kann, ein Anspruch, den nicht jeder Anbieter erfüllt. In diesem Fall lässt sich das leicht bewerkstelligen, weil ohnehin keine Schwellen vorhanden sind und man nur wenige Türen auf das notwendige Maß verbreitern muss. Ein großzügiges Öffnen der Badezimmertür zum Beispiel ist kein Problem, ebenso wenig der Einbau einer bodengleichen Dusche mit genügend Bewegungsraum für einen Rollstuhl. Platz ist in dem Haus für eine dreiköpfige Familie – oder das Paar, das sich etwas gönnen möchte. Der Winkelbungalow weist eine klare Zonierung zwischen Wohn- und Schlafbereich auf, der optisch gefällig und alltagspraktisch ist. Besonders geschickt sind der Stauraum direkt neben dem Hauseingang und die lange Schrankwand gegenüber Schlafzimmern und Bad.

Ansonsten ist das Gebäude komplett auf die Südterrasse hin ausgerichtet. Große Fensterflächen fangen die Energie der Sonne ein – und geben den Blick auf Teich und Garten frei. Die Fassade lebt von der Spannung zwischen transparenten, glatten Glaselementen und einer Fugenschalung. Das Ganze passt perfekt zu den klaren, kubischen Baukörpern und zeigt, wie gut sich der Naturbaustoff Holz für eine moderne architektonische Gestaltung eignet.

Erdgeschoss



Fakten

Anbieter: Frammelsberger R. Ingenieur-Holzbau GmbH, Esperantostr. 15, 77704 Oberkirch, Tel. 07802/9277-0, www.frammelsberger-holzhaus.de
Bauweise: Holzständerbau.
Wandaufbau: 28 mm Holzfugenschalung, 24 mm Lattung, 18 mm Holzweichfaser, 180 mm Holzständerwerk mit Dämmung, 15 mm OSB-Platte, 60 mm Lattung für Installationsebene mit Dämmung, 15 mm Gipsfaserplatte.
Dämmstoff: mineralisch.
Haustechnik: Gasbrennwertheizung.
Jahresheizwärmebedarf: 57 kWh/(m²a).
Jahresprimärenergiebedarf max. zulässig: 119 kWh/(m²a).
Jahresprimärenergiebedarf berechnet: 95 kWh/(m²a).
Wohnfläche: 145 m².
Lieferbereich: bundesweit.
Preis: 218.099 Euro schlüsselfertig ab OK.

Foto: Frammelsberger R. Ingenieur-Holzbau GmbH

Haus-Effizienz

Foto: Schwörer Haus KG

Um keine Wohnfläche zu verschenken“, haben die Schwörer-Architekten nach eigenen Angaben bei der Planung dieses Musterhauses „die Verkehrsflächen im Haus auf ein Minimum reduziert“. Das gilt fürs Ober- und auch für das Erdgeschoss, sofern man die geräumige Diele vornehmlich anderen Nutzungen zuordnet, sie zum Beispiel als Raum für Garderobe oder als Kinderwagenparkplatz sieht. Wohnraum – effizient genutzt – bietet auch die Fläche hinter einer doppelflügeligen Glastür, von der Küche und dem Essplatz aus gelangt man direkt auf die Terrassen, die das Wohnangebot sommers vergrößern.

Unterm Dach finden sich Eltern- und zwei Kinderzimmer für die vierköpfige Familie. Ein großes Badezimmer rundet das Raumprogramm hier ab. Zusätzlich steht ein Dusch-WC im Erdgeschoss zur Verfügung, das von Gästen genutzt werden kann, die in dem separaten Zimmer neben der Treppe übernachten.

Darüber hinaus entspricht der Entwurf dank bestens gedämmter Außenhülle und angepasster Haustechnik den Förderrichtlinien der Kreditanstalt für Wiederaufbau (KfW) an ein Effizienzhaus 55.

Erdgeschoss

Dachgeschoss

Fakten

Anbieter: SchwörerHaus KG, Hans-Schwörer-Str. 8, 72531 Hohenstein-Oberstetten, Tel. 07387/16-0, www.schwoerer.de
Bauweise: Holzständerbauweise.
Wandaufbau: Strukturputz auf armiertem Grundputz, 16 mm zementgebundene Holzwerkstoffplatte, Luftdichtebene, 340 mm Holzständerwerk mit Dämmung, Feuchteschutz, 16 mm Holzwerkstoffplatte, 9,5 mm Gipskartonplatte. (Teilfassade mit 33 mm Holzschalung auf Lattung.)
Dämmstoff: mineralisch.
Haustechnik: Luftheizung mit Einzelraumheizelementen. kontrollierte Lüftung mit Wärmerückgewinnung, Brauchwasserwärmepumpe (Luft-Wasser).
U-Werte: Außenwand: 0,126 (Putz), 0,141 (Holzschalung); Dach 0,137 W/m²K.
Jahresheizwärmebedarf: 14 kWh/(m²a).
Jahresprimärenergiebedarf max. zulässig: 108,6 kWh/(m²a).
Jahresprimärenergiebedarf berechnet: 37,7 kWh/(m²a).
Wohnfläche: 139,39 m².
Lieferbereich: Europa.
Preis: 234.398 Euro schlüsselfertig ab OK.

Anzeige

Das Gesundheitshaus

Beim Naturhauskonzept von Haacke steht die Gesundheit kompromisslos an erster Stelle. ● Natürliche Baustoffe ● Dämmung aus Holzfasern ● Diffusionsoffene Bauweise ● Gesundes Raumklima ● 3-Liter-Technik ● Netzfreischaltung ● Blowerdoortest ● Raumluftmessung vor Bezug ● Baubiologische Beratung ● Regenwassernutzung ● Solaranlagen ● Ökologische Grundstücksvermessung

HAACKE® natur

Wenn Sie mehr über „Haacke-natur“wissen wollen, rufen Sie einfach an:

freecall (08 00) 4 22 25 37

29227 Celle/Westercelle · Am Ohlhorstberge 3
14542 Werder (Havel) · Senator-Haacke-Straße 1
www.haacke-natur.de

Online | Fitness für Körper, Geist und Seele

Foto: stockbyte

Was haben Madonna, Sting und Gwyneth Paltrow gemeinsam? Sie schwören wie viele andere Promis auf Yoga, die derzeit wohl wichtigste und zugleich schickste Sportart. Erste Trainingserfolge spüren auch Einsteiger schnell. Die Muskulatur wird kräftiger, Bänder und Sehnen besser dehnbar, der Kreislauf angeregt, die Balance verbessert und die Haltung aufrechter. Gleichzeitig bringt Yoga mehr Gelassenheit und Ruhe in den meist stressigen Alltag. Yoga ist aber nicht gleich Yoga. In manchen Kursen geht es bei Räucherstäbchen und Kerzenlicht besinnlich zu, in anderen fließt der Schweiß. Welcher Stil zu Ihnen passt – dieser Frage können Sie online nachgehen.

www.oekotest.de -> Themen-Specials -> Gesundheit

Online | Vorsicht Terminsache!

Wenn das bestellte Bett nicht geliefert wird, der neu gekaufte Flachbildfernseher nicht funktioniert oder bei der teuren Jacke aus dem Katalog der Reißverschluss klemmt, muss das der Käufer nicht hinnehmen. Er hat Rechte. Genauso wie Mieter. Wer weiß, welche Kündigungsfristen gelten und wie abgerechnet wird, ist klar im Vorteil. In vielen Alltagsdingen – von der Steuererklärung bis zur Kündigung von Versicherungen – läuft einem die Zeit aber schnell mal davon. Online erfahren Sie, welche Termine eingehalten werden müssen, damit Sie zu Ihrem Recht kommen.

Foto: ccvision.de

www.oekotest.de -> Themen-Specials -> Geld

Online | Sprachen lernen kann Spaß machen

Foto: irisblende.de

Wer in New York mit „Could I become a taxi?“ ein Taxi ordert, glänzt nicht gerade mit geschliffenem Englisch. Sind die Fremdsprachenkenntnisse eingerostet, wird es Zeit, sie wieder aufzupolieren. Dazu muss man nicht unbedingt dröge eine Vokabel nach der anderen pauken. Mittlerweile gibt es auch eine Vielzahl von Trainingsmethoden, die mehr Spaß machen. Je nach Lust und Laune kann man sein Englisch mithilfe von Beatles-Songs aufpolieren oder einen Spanischsprachkurs mit einer Pilgerreise auf dem Jakobsweg verbinden. Auf unserer Webseite finden Sie zahlreiche Tipps und Anregungen.

www.oekotest.de -> Themen-Specials -> Freizeit/Technik

Günstige Testpakete im Internet

Speziell für T-Pay- und T-Online-Kunden haben wir interessante Testpakete zusammengestellt. In diesen Paketen finden Sie mehrere Tests inklusive aller Ergebnisse in einem Dokument (PDF) zusammengefasst.

Die Pakete sind immer deutlich günstiger als der Einzelabruf der enthaltenen Tests.

Unter http://emedien.oekotest.de–>Testpakete finden Sie alle Testpakete.

Je nach Zusammenstellung kosten die Pakete zwischen 1,50 und 5,00 EUR. Bezahlen können Sie bequem per Telekom-Rechnung oder MicroMoney.

T-Online-Kunden können sich ganz einfach mit ihrer T-Online-Nummer anmelden.

Beratung

Die Verbraucherberatung ist eine Serviceeinrichtung des ÖKO-TEST Verlags. Hier beraten Sie Frau Bader und Frau Behrendt zu allen Themen im ÖKO-TEST-Magazin. Telefonisch erreichen Sie die Verbraucherberatung

Mo, Mi, Do, Fr 9–12 Uhr
Mi zusätzl. 14–16 Uhr

unter den kostenpflichtigen Nummern 0900 1/70 74 26 und 0900 1/70 79 66 für 1,24 Euro pro Minute aus dem deutschen Festnetz.

Maren Behrendt

Ingrid Bader

Abonnement

Sie wollen das ÖKO-TEST-Magazin abonnieren oder ein Einzelheft oder einen Ratgeber nachbestellen? (Preise siehe Impressum oder im Internet)

Bestellen Sie bitte schriftlich bei:
ÖKO-TEST
Bestell- und Aboservice
Postfach 13 31
53335 Meckenheim

Telefonisch erreichen Sie unseren Service von Montag bis Freitag 8 bis 18 Uhr
unter 0 69/3 65 06 26 26
oder per E-Mail:
bestellung@oekotest.de
abo@oekotest.de

Natürlich können Sie auch online bestellen, unseren Shop finden Sie im Internet unter der Adresse:
http://shop.oekotest.de

Testergebnisse im Internet kaufen

Auf http://emedien.oekotest.de finden Sie über 3.000 Tests inklusive aller Testergebnisse, Nachwirkungen und Anbieter. Viele davon sind kostenlos abrufbar, andere kosten je nach Erscheinungsdatum zwischen 60 Cent und 2,00 EUR. Um bezahlen zu können, stehen Ihnen verschiedene Abrechnungssysteme zur Verfügung: per Telekom-Rechnung, Handy, Telefon, Bankeinzug oder Kreditkarte – abgerechnet wird, wie Sie es wünschen.

ÖKO-TEST auch als E-Paper

Im Onlineshop von ÖKO-TEST http://shop.oekotest.de finden Sie viele Ausgaben (auch bereits vergriffene) als elektronische Version („E-Paper“). Informationen zur Nutzung, Bedienung und dem Kauf unserer E-Paper finden Sie im Onlineshop.

Die neue ÖKO-TEST Archiv-DVD 07/08!

Alle 24 ÖKO-TEST-Magazine 2007/2008 auf DVD als ePaper. Keine Installation notwendig!

Die Inhalte aller ÖKO-TEST-Magazine von 2007 und 2008 als ePaper. Mit unserer DVD erhalten Sie die 24 Ausgaben als elektronische Version – Sie können jede Seite am PC einfach und bequem lesen. Mehr als 200 Tests auf über 4.000 Seiten!

Zusätzliche Funktionen:
Blättern, Jahrgangsübersicht, Suchen in allen oder ausgewählten Ausgaben, Miniaturansicht, Speichern und Drucken einzelner Seiten, Vergrößern und vieles mehr.

Systemvoraussetzungen:
Windows (ab Windows XP SP 2), DVD-Laufwerk (kein Slot-in-Laufwerk), keine Installation notwendig.

Abonnenten erhalten 25 % Rabatt auf alle Bestellungen im Online-Shop*.

Kunden, die eine unserer Archiv-CDs gekauft haben, erhalten bei telefonischer Bestellung 25 % Rabatt.

Best.-Nr. EO078 **19,80 €**

Bestellen Sie im Internet: http://shop.oekotest.de,
per Telefon: 069/ 365 06 26 26 oder per Fax: 069/ 365 06 26 27

A

Allergisierende Dispersionsfarbstoffe: Stoffe wie Dispers-Rot 1, Dispers-Orange 3, Dispers-Blau 106/124, Dispers-Braun 1 und Dispers-Gelb 3.

Alkohol ist in Medikamenten für Kinder unerwünscht. Ist Alkohol in Medikamenten enthalten, sollte im Beipackzettel auf den Alkoholgehalt hingewiesen werden.

Anilin: Farbstoffbaustein aus der Gruppe der ➡ aromatischen Amine. Im Tierexperiment ist Anilin krebserzeugend.

Aromatische Amine: Bausteine von Azo-Farben, von denen sich einige im Tierversuch als krebserzeugend erwiesen haben. 22 aromatische Amine sind inzwischen EU-weit zum Färben von Textilien verboten.

Aromen: Biotechnologisch-natürliche, naturidentische und künstliche Aromen werden in Lebensmitteln eingesetzt, um Qualitätsunterschiede auszugleichen und das Produkt zu standardisieren.

Arsen ist ein giftiges Schwermetall. Es reichert sich im Körper an, führt zu chronischer Vergiftung und kann Haut- und Lungenkrebs auslösen. Anorganisches Arsen führt bei chronischer Vergiftung vor allem zu Erkrankungen der Nerven und der Haut.

B

Benzalkoniumchlorid: Konservierungsmittel, das die Haut reizen und Allergien auslösen kann. In Arzneimitteln zur Anwendung in der Nase (Schnupfenmittel, Allergiemittel) kann der Stoff die Nasenschleimhaut zum Teil irreversibel schädigen.

Bromierte Flammschutzmittel sind in der Umwelt schwer abbaubar. Sie reichern sich im Menschen und in der Muttermilch an. Einige der Verbindungen können gesundheitliche Schäden anrichten. Im Brandfall können sie hochgiftige Dioxine und Furane bilden.

C

Cadmium ist ein giftiges Schwermetall, das in der Nahrung zwar nur in niedrigen Konzentrationen vorkommt, sich aber im menschlichen Organismus anreichert. Dort führt es zu Nierenschäden. Beim Tier haben inhalierte Cadmiumverbindungen eindeutig Krebs erzeugt. In Kunststoffen stammt Cadmium oft aus Farbstoffen oder es wird als Stabilisator eingesetzt.

Chlorocresol wird als Antiseptikum und aufgrund seiner antiparasitösen Wirkung eingesetzt. Mittlerweile wird Chlorocresol aufgrund seiner möglichen Kanzerogenität und der allergenen Potenz als umstrittener und potenziell bedenklicher Arzneistoff eingestuft.

D

Dauersender: Geprüft wird, ob das Gerät permanent gepulste Strahlung aussendet, unabhängig davon, ob Daten übertragen werden. Das Nova-Institut in Hürth hält es für nicht ausgeschlossen, dass eine permanente niedrige Strahlung gefährlicher ist als eine kurzzeitige höhere Strahlung. Dauerbelastungen sollten vermieden werden.

Delta-3-Caren gehört zu den Terpenen, das sind Lösemittel aus ätherischen Ölen. Sie können Augen, Haut, Schleimhaut und Atmungsorgane reizen, werden aber schneller abgebaut als künstliche Lösemittel. Ihr intensiver Geruch warnt sensible Menschen. Das Terpen Delta-3-Caren gilt als starkes Allergen.

Diethylenglykol ist im Läusemittel Goldgeist forte als sonstiger Bestandteil deklariert. Die Verbindung weist zwar nur eine geringe Toxizität auf, wird aber im Organismus zu toxischen Metaboliten umgewandelt.

Diethylphthalat wird unter anderem zur Vergällung von Alkohol eingesetzt, von der Haut aufgenommen und beeinflusst ihren Schutzmechanismus. Phthalate stehen im Verdacht, Leber, Nieren und Fortpflanzungsorgane zu schädigen und außerdem wie ein Hormon zu wirken.

Duftstoffe, die Allergien auslösen können: Studien und Datenvergleiche des Informationsverbundes Dermatologischer Kliniken (IVDK) zeigen, dass die Duftstoffe Eichenmoos (Evernia prunastri extract), Baummoos (Evernia furfuracea extract), Isoeugenol und Cinnamal sehr potente Allergene sind. Weniger potente, aber immer noch problematische Stoffe sind Cinnamylalkohol, Hydroxycitronellal und Lyral (= Handelsname, Inci: Hydroxyisohexyl 3-cyclohexene carboxaldehyde). Der IVDK ist ein ein Netzwerk von Hautkliniken, in dem die diagnostizierten Fälle von Kontaktallergie (pro Jahr > 10.000) zentral ausgewertet werden. Ziel: Früherkennung ansteigender Trends von bekannten und neuen Allergenen (www.ivdk.org).

Weitere **Duftstoffe:** Majantol, Farnesol, Citral, Citronellol, Geraniol, Eugenol, Coumarin, Amylcinnamylalkohol, Benzylcinnamat und Methylheptincarbonat (Inci: Methyl 2-octynoate) treten als Allergene weitaus seltener in Erscheinung als die Stoffe, die wir unter „Duftstoffe, die Allergien auslösen können", zusammenfassen.

E

Elektrische und magnetische Wechselfelder stören das Hormon- und das zentrale Nervensystem des Körpers und stehen im Verdacht, Krebs zu fördern. Magnetische Felder verschwinden mit dem Abschalten des Gerätes. Elektrische Felder bestehen auch bei ausgeschaltetem Gerät, solange der Stecker im Netz bleibt.

Ethacridinlactat: Desinfektionsmittel, das in Durchfallmitteln in der Regel nicht nötig ist. Die Substanz kann Allergien hervorrufen.

F

Die **Farbstoffe** Tartrazin (E 102), Gelborange S (E 110), Azorubin (E 122), Amaranth (E 123), Cochenillerot A/Ponceau 4R (E 124) und Brillantschwarz BN (E 151) können Überempfindlichkeits- oder allergische Reaktionen verursachen. Im Beipackzettel von Medikamenten muss darauf unter dem Punkt Nebenwirkungen hingewiesen werden. Lebensmittel mit den Farbstoffen Chinolingelb (E 104), Tartrazin (E 102), Gelborange S (E 110), Azorubin (E 122), Cochenillerot A/Ponceau 4R (E 124) und Allurarot (E 129) müssen ab 2010 den Hinweis tragen: Kann Aktivität und Aufmerksamkeit bei Kindern beeinträchtigen.

Flüchtige organische Verbindungen (VOC) belasten die Raumluft und können beispielsweise zum Sick-Building-Syndrom führen, das mit Symptomen wie Müdigkeit oder Kopfschmerzen einhergeht. Auf ein Gemisch von verschiedenen flüchtigen Substanzen, deren Summe als **TVOC** ausgewiesen wird, können Menschen sensibler reagieren, als auf einzelne Substanzen.

Fluorkohlenwasserstoffe (FKW) und teilhalogenierte Fluorkohlenwasserstoffe (HFKW), wie R134a, werden als Treibgase eingesetzt. Sie sind wohl nicht ozonzerstörend, besitzen aber ein enormes Treibhauspotenzial.

Formaldehyd/-abspalter werden in der Regel als Konservierungsstoffe eingesetzt. Formaldehyd ist ein krebsverdächtiger Stoff, der schon in geringen Mengen die Schleimhäute reizt und Allergien auslösen kann. Wird Formaldehyd über die Atemluft aufgenommen, gilt die Substanz als krebserregend. Es kann zu Tumoren im Nasen- und Rachenbereich kommen.

G

Durch Bestandteile von **gentechnisch veränderten Organismen** gelangen neue Eiweiße in die Nahrung. Es ist möglich, dass diese Stoffe Allergien auslösen. Gen-Pflanzen bergen darüber hinaus ökologische Risiken, etwa durch Auskreuzung mit Wildpflanzen, die dann ebenfalls eine Herbizidresistenz entwickeln.

Studien ergaben, dass **gepulste Strahlung** die Hirnströme verändern, das Krebsrisiko erhöhen, das Immunsystem schwächen sowie Schlafstörungen verursachen kann.

Problematische **Glykole, Glykolether und -ester:** Lösemittel, die ähnliche Eigenschaften wie Weichmacher haben und ebenfalls über lange Zeiträume aus den Produkten austreten. Die US-Arbeitsschutzbehörde empfiehlt, die Belastung mit diesen Stoffen so gering wie möglich zu halten. Einige Glykolether und -ester können zu Bindehautreizungen, Nierenschäden und in Einzelfällen zu Störungen des Nervensystems führen.

H

Halogenorganische (bromierte) Flammschutzmittel sind vor allem ein Umweltproblem, da einige im Brandfall besonders leicht Dioxine bilden und daher beim Umweltzeichen Blauer Engel für Drucker und Notebooks verboten sind. Einige Stoffe, wie das auf Platinen häufig eingesetzte TBBA, reichern sich außerdem in der Umwelt an und wurden bereits in Muttermilch nachgewiesen.

Halogenorganische Verbindungen sind eine Gruppe von mehreren Tausend Stoffen, die Brom, Jod oder (meistens) Chlor enthalten. Viele gelten als allergieauslösend, manche erzeugen Krebs, fast alle reichern sich in der Umwelt an. Die Hersteller wenden oft ein, dass es unschädliche und sogar nützliche halogenorganische Verbindungen gibt. Dabei handelt es sich aber zumeist um natürliche, nicht um künstlich hergestellte Stoffe. Wegen der Vielzahl der halogenorganischen Verbindungen ist mit der Testmethode, die das von uns beauftragte Labor anwendet, die genaue Verbindung nicht feststellbar. Auch die Hersteller wissen meist nicht, welcher Stoff in ihrem Produkt vorkommt. Wer jedes Risiko meiden will, muss daher zu Produkten ohne halogenorganische Verbindungen greifen.

I

Isothiazolinone werden als Konservierungsmittel eingesetzt. Sie können Allergien auslösen sowie Augen und Haut reizen. Ein besonders hohes sensibilisierendes Potenzial haben die Chlorisothiazolinone.

K

Bedenkliche **Keime:** Eine erhöhte Belastung mit Keimen, egal ob gefährlich oder nicht, ist ein Hinweis auf hygienische Mängel oder auf ein zu langes Mindesthaltbarkeitsdatum (MHD).

L

Lycopin ist der rote Tomatenfarbstoff. Der Gehalt steigt in der Regel mit dem Anteil und dem Reifegrad der verwendeten Tomaten. Lycopin gehört zu den Carotinoiden und kann die Gesundheit möglicherweise positiv beeinflussen.

M

3-MCPD-Fettsäureester entstehen bei der Raffination von pflanzlichen Speisefetten und Speiseölen. Sie liegen im Fettmolekül gebunden vor. Das Bundesinstitut für Risikobewertung (BfR) geht davon aus, dass es bei der Verdauung zu einer nennenswerten Freisetzung von 3-MCPD aus 3-MCPD-Estern kommt – solange nicht das Gegenteil belegt ist. Die Bewertung orientiert sich daher an freiem 3-MCPD, das in Tierversuchen die Nieren geschädigt und in hohen Dosen zur Bildung gutartiger Tumore geführt hat.

Milchfett: In Eiscreme muss der Milchfettanteil mindestens zehn Prozent betragen, in Sahneeis 18 Prozent.

N

Natriumbenzoat (E 211): Konservierungsmittel, das in Verdacht steht, relativ häufig Allergien auszulösen.

Natriumlaurylsulfat: Schaummittel in Zahnpasten. Das aggressive Tensid kann die empfindlichen Schleimhäute reizen.

Nitromoschus-Verbindungen: Künstliche Duftstoffe, die sich im menschlichen Fettgewebe anreichern. Moschus Ambrette gilt als nerven- und erbgutschädigend, deshalb ist die Substanz in der EU verboten. Der Einsatz der Nitromoschus-Verbindungen Moschus Xylol und Moschus Keton ist nur eingeschränkt zugelassen.

O

Optische Aufheller belasten die Umwelt, weil sie kaum abgebaut werden. Ihre Herstellung ist sehr aufwendig. Da die Weißmacher für Textilien nicht fest in der Faser gebunden sind, können sie mit dem Schweiß auf die Haut gelangen und bei gleichzeitiger Sonneneinstrahlung allergische Reaktionen hervorrufen.

P

Paraffine/Erdölprodukte/Silikone: Meist aus Erdöl hergestellt. Diese künstlichen

Stoffe integrieren sich nicht so mühelos ins Gleichgewicht der Haut, wie die Bestandteile natürlicher Öle, die beispielsweise in Naturkosmetikprodukten stecken. Paraffine sind eine Sammelbezeichnung für unzählige künstliche Stoffe, darunter auch Vaseline, die breite Verwendung in Kosmetika und Arzneimitteln finden. Von einigen Paraffinen weiß man, dass sie sich in Leber, Niere und Lymphknoten anreichern können. Bei einem Paraffinwachs zeigten sich entzündliche Reaktionen der Herzklappen.

PEG/PEG-Derivate verbinden als Emulgatoren Wasser und Fett. Diese Stoffe können die Haut durchlässiger für Fremdstoffe machen. In Salben werden sie eingesetzt, um die Bestandteile gleichmäßig zu mischen; in Shampoos dienen sie auch als Tenside.

Permethrin wirkt nervengiftig und kann unter anderem Kopfschmerzen auslösen.

Pestizide sind chemisch-synthetische Spritzgifte für Pflanzen, deren Anwendung und Rückstände Mensch und Umwelt gefährden. Geringe Rückstände, die immer wieder in Lebensmitteln entdeckt werden, stellen in der Regel kein akutes Gesundheitsrisiko dar. Problematisch kann aber die häufige Aufnahme geringer Pestizidkonzentrationen sein.

Phosphororganische Verbindungen werden meist als Flammschutzmittel für Kunststoffe eingesetzt, aber auch als Weichmacher. Sie werden in der Regel gut von der Haut aufgenommen, wirken häufig nervengiftig und sind zum Teil möglicherweise krebserregend.

Phthalate stehen im Verdacht, Leber, Nieren und Fortpflanzungsorgane zu schädigen und außerdem wie ein Hormon zu wirken. In der Umwelt werden Phthalate kaum abgebaut. Im Juli 2005 hat das Europaparlament beschlossen, drei als fortpflanzungsgefährdend eingestufte Phthalate, nämlich Diethylhexylphthalat (DEHP), Dibutylphthalat (DBP) und Butylbenzylphthalat (BBP), in sämtlichen Spielzeugen und Babyartikeln zu verbieten. Drei weitere Vertreter dieser Stoffgruppe Diisononylphthalat (DINP), Diisodecylphthalat (DIDP) und Di-n-octylphthalat (DNOP) dürfen in Babyartikeln und Spielzeugen aus Weich-PVC, die von Kindern in den Mund genommen werden können, nicht mehr enthalten sein.

Piperonylbutoxid verzögert vermutlich den Entgiftungsprozess im Körper und macht damit genau den Vorteil des natürlichen Pyrethrums, nur kurzzeitig wirksam zu sein, zunichte.

Polyzyklische Moschus-Verbindungen: Künstliche Duftstoffe, die sich im menschlichen Fettgewebe anreichern. Neuere Tierversuche geben Hinweise auf Leberschäden.

PVC/PVDC/chlorierte Kunststoffe bilden in der Müllverbrennung gesundheitsschädliche Dioxine und belasten die Umwelt bei Herstellung und Entsorgung. Weich-PVC enthält große Mengen gesundheitsschädlicher Weichmacher.

Pyrethroide wie Tetramethrin, Permethrin, Sumithrin oder Bioallethrin sind synthetische Nachbauten des natürlichen Pyrethrums. Sie wirken ebenso nervengiftig, sind aber wesentlich langlebiger und gefährlicher. Die Vergiftungssymptome, die diese Stoffe auslösen können, reichen von Kopfschmerzen bis zu depressiven Verstimmungen.

Pyrethrum ist ein natürliches, aus Chrysanthemenblüten gewonnenes Insektengift. Es stört die Nervenreizleitung, verursacht Krämpfe und Lähmungen und tötet so Ungeziefer. Der Stoff wird schnell abgebaut. Allerdings ist der Stoff nicht nur für Ungeziefer gefährlich. Das Einatmen von pyrethrumhaltigem Staub oder Sprühnebel kann Kopfschmerzen und Brechreiz verursachen. Gelangt Pyrethrum ins Blut, wirkt es stark giftig. Um die Wirksamkeit von Pyrethrum zu verlängern, mixen die Hersteller häufig weitere Substanzen in die Mittel.

S

Sensorik ist die Beurteilung von Nahrungsmitteln nach Aussehen, Konsistenz, Geruch und Geschmack.

T

Tartrazin ist als Lebensmittelfarbstoff (E 102) und als Kosmetikfarbstoff (CI 19140) zugelassen. Seine schädliche Wirkung wird diskutiert, es besteht ein starker Verdacht, dass er bei oraler Aufnahme pseudoallergische Unverträglichkeitsreaktionen hervorrufen kann wie Hautausschläge, Juckreiz, Asthma, Ödeme oder Schnupfen. Ob auch Mengen, die beispielsweise aus Lippenstiften aufgenommen werden, Unverträglichkeitsreaktionen hervorrufen können, ist unklar.

U

Umkartons belasten die Umwelt unnötig und sind nur akzeptabel, wenn sie eine Glasverpackung schützen oder mehrere Teile/Produkte beinhalten.

Uran ist nicht nur ein Radionuklid, dessen Alphastrahlen im Körper Zellen und DNA zerstören. Es ist auch ein giftiges Schwermetall, das sich im Körper anreichert und schon in geringen Mengen nicht nur die Nieren, sondern auch Lunge und Leber schädigen kann.

Bedenkliche **UV-Filter:** Etliche chemische UV-Filter sind in den Verdacht geraten, wie Hormone zu wirken. Für die Filter 4-Methyl-Benzylidencamphor (4-MBC bzw. MBC), Ethylhexyl-Methoxycinnamate (Octylmethoxycinnamate, OMC), 3-Benzylidencamphor (3-BC), Benzophenone-1 (BP1), Benzophenone-2 (BP2), Benzophenone-3 (Oxybenzon) wurde die hormonelle Wirksamkeit im Tierversuch gezeigt. Bei den Filtern Homosalate (Homomenthylsalicylat bzw. HMS), Octyl-Dimethyl-Para-Amino-Benzoic-Acid (OD-PABA), Octocrylene und Etocrylene liegen Hinweise auf eine hormonelle Wirkung aus Zellversuchen vor. Einige der Filter werden von der Haut aufgenommen und sind in der Muttermilch nachzuweisen. Benzophenone-1, Benzophenone-2 und Etocrylene sind in der EU nicht als Sonnenschutzfilter zugelassen, können aber als Zusatzstoffe eingesetzt werden. Benzophenone-2 kann als Zusatzstoff in Parfümölen stecken.

Z

Zucker verursacht Karies und fördert die Gewöhnung an Süßes. Das gilt nicht nur für Haushaltszucker (Saccharose), sondern auch für Glucose, Fructose, Honig und Fruchtdicksäfte. Zucker ist wahrscheinlich auch an der Entstehung von Übergewicht beteiligt (WHO, 2003).

Impressum

Verlag

Anschrift (zugleich auch ladungsfähige Anschrift für alle im Impressum genannten Verantwortlichen): ÖKO-TEST Verlag GmbH, Postfach 90 07 66, 60447 Frankfurt a. Main; Kasseler Str. 1 a, 60486 Frankfurt a. Main; HRB 25133 Amtsgericht Frankfurt

Telefon: 0 69 / 9 77 77-0

Telefax: 0 69 / 9 77 77-139

E-Mail: verlag@oekotest.de

Internet: www.oekotest.de

Geschäftsführer: Jürgen Stellpflug

Sekretariat: Susanne Düsterhöft

Bankverbindung: SEB AG, Frankfurt, Konto 1 282 054 600, BLZ 500 101 11; Postbank FfM, Konto 74 949 601, BLZ 500 100 60

Anregungen und Wünsche?

Sekretariat: Beate Möller (069/9 77 77-136)

E-Mail: redaktion@oekotest.de

Chefredakteur: Jürgen Stellpflug

Stellv. Chefredakteurinnen: Regine Cejka, Karin Schumacher

Chefs vom Dienst: Peter Köbel, Volker Weitz

Redaktion: Gabriele Achstetter, Enno Brendgens, Annette Dohrmann, Roman Goll, Hella Hansen, Birgit Hinsch, Maren Klein, Heike Krümmel (Ltg. Magazin), Regina Liebermann, Meike Meyer, Kerstin Scheidecker, Birgit Schumacher, Karin Schumacher (Ltg. Testressort), Jürgen Steinert, Christine Throl

Redaktionsassistenz: Ines van Andel, Claudia Hasselberg, Thuy Nguyen, Anneke Ohnhaus, Elzbieta Podeszwa, Ingrid Pohl, Stefan Schell

Art Direction: Ullrich Böhnke

Gestaltung/Layout: Ullrich Böhnke, René Böhme, Jochen Dingeldein, Sina Kern, Maren Wiegner

Bildredaktion: Anja Jakuscheit, Iris Kaczmarczyk, Barbara Mehrl

Produktfotos bei Tabellen: Jürgen Gocke

ÖKO-TEST-Online: Patrick Junker (Leitung), Sandra Haller, Jelena Garic, Edigna Menhard, Telefon: 0821 / 45 03 56-0

Verlagsgeschäftsführung: Patrick Junker

Anzeigenleitung (verantw.): Peter Stäsche

Anzeigen: Manuela Calvo Zeller (-1 44), Diana Edzave (-1 54), Prisca Feingold (-1 43), Sabine Glathe (-1 47), Gabriele Kaisinger (-1 48), Annette Kronsbein (-1 59), Saasan Seifi (-2 14), Annette Zürn (-1 40). Zzt. gilt die Anzeigenpreisliste Nr. 25.

Anzeigenassistenz/-disposition: Monika Schneiders (0 69 / 9 77 77-140)
E-Mail: anzeigen@oekotest.de

Verlagsrepräsentanzen:

Nielsen 2, 3 a: HM Hünewaldt Media GmbH, Egbert Hünewaldt, Robert-Koch-Str. 116-I, 65779 Ruppertshain, Tel. 0 61 74 / 20 94 26, Fax 0 61 74 / 25 65 91, E-Mail: office@huenewaldt-media.de

Nielsen 3 b, 4: Verlagsbüro Felchner, Sylvia Felchner, Andrea Dyck, Alte Steige 26, 87600 Kaufbeuren, Tel. 0 83 41 / 87 14 01, Fax 0 83 41 / 87 14 04, E-Mail: s.felchner@verlagsbuero-felchner.de, a.dyck@verlagsbuero-felchner.de

Automobil: Mediaservice Bernd Reisch, Schlosserstr. 12, 60322 Frankfurt am Main, Tel./Fax: 0 69 / 95 50 56-40; -11, E-Mail: welcome@mediaservice-frankfurt.de

Online: ADselect GmbH, Tobias M. Zielke, Bliersmeier Str. 80, 47229 Duisburg, Tel. 0 20 65 / 25 56 74-3, Fax 0 20 65 / 25 56 73-9, E-Mail: zielke@adselect.de

Presseanfragen und Marketing:

Edigna Menhard, Susanne Düsterhöft (0 69/9 77 77-1 33, Fax -1 89)

Wissenschaftliche Beratung: Prof. Manfred Schubert-Zsilavecz (Gesundheit), Dr. Falko Panzer (Kindergesundheit), Wolfgang Maes (Baubiologie)

Lektorat: Barbara Doering, Günzburg

Redaktionsschluss: 14. Juli 2009

Verantwortlich für den Inhalt: Jürgen Stellpflug (ViSdP)

Urheber- und Verlagsrechte:
Alle in dieser Zeitschrift veröffentlichten Beiträge, insbesondere auch Tests und deren Ergebnisse, sind urheberrechtlich geschützt. Der Rechtsschutz gilt auch gegenüber Datenbanken und ähnlichen Einrichtungen. Kein Teil dieser Zeitschrift darf außerhalb der engen Grenzen des Urheberrechtsgesetzes ohne schriftliche Genehmigung des Verlags in irgendeiner Form – durch Nachdruck, Kopie, Mikrofilm oder andere Verfahren – reproduziert oder in eine von Maschinen, insbesondere von Datenverarbeitungsanlagen, verwendbare Sprache übertragen werden. Entsprechendes gilt auch für die sonstige Verbreitung, insbesondere in elektronischen Medien.

Erscheinungsweise: monatlich

Vertrieb über den Zeitschriftenhandel: DPV Network GmbH, Postfach 57 04 12, 22773 Hamburg, Tel. 0 40 / 3 78 45 - 63 35, www.dpv-network.de

Sie wollen abonnieren oder ein Heft bestellen?

ÖKO-TEST-Bestell- und Aboservice, Postfach 13 31, 53335 Meckenheim

Telefon: 0 69 / 3 65 06 26 26

Telefax: 0 69 / 3 65 06 26 27

Bestellungen/Fragen:

E-Mail: bestellung@oekotest.de

Abonnenten:

E-Mail: abo@oekotest.de

Preise: Jahresabo Deutschland: 39 Euro; Schweiz: 75 sFr.; Österreich: 46,67 Euro. Einzelhefte Deutschland: 3,80 Euro; Schweiz: 7,50 sFr.; Österreich: 3,80 Euro; BeNeLux: 3,80 Euro. Studentennachlass auf Anfrage.

Verkaufte Auflage: 171.518 Exemplare / I. Quartal 2009

ISSN 0948-2644

Beilagen/Beihefter: Verlegerpostkarte der Firma ÖKO-TEST Verlag GmbH.

Druck/Belichtung: Brühlsche Universitätsdruckerei GmbH & Co KG

Papier: 100 % Recyclingpapier

Fragen zu unseren Tests und Artikeln?

Verbraucherberatung:

Ingrid Bader, Maren Behrendt,

Telefon: 0900 1/70 74 26
oder 0900 1/70 79 66
Sprechzeiten: Mo, Mi, Do, Fr 9 bis 12 Uhr, Mi 14 bis 16 Uhr.
Dieser Service kostet 1,24 Euro die Minute aus dem deutschen Festnetz.

Im Überblick

Die Tests im ÖKO-TEST-Magazin der vergangenen zwölf Monate.

Test	Ausgabe
After-Shave-Balsam	Februar 2009
Akkubohrschrauber	März 2009
Aknemittel	August 2008
Allergiemittel für die Haut	Februar 2009
Ameisenbekämpfungsmittel	Mai 2009
Apothekenkosmetik	Oktober 2008
Arbeitshandschuhe	Februar 2009
Babycremes, Pflegecremes	März 2009
Babyfeuchttücher	Februar 2009
Babynahrung, Gläschenkost Gemüsebreie	Mai 2009
Babynahrung, Karottensäfte	Mai 2009
Badezusätze	Januar 2009
Basilikum	April 2009
Bettwäsche	November 2008
Birnen	August 2008
Bohrmaschinen	August 2008
Computerspiele 35	September 2008
Computerspiele 36	November 2008
Computerspiele 37	Februar 2009
Cremes, Luxus	Mai 2009
Direktversicherungen	September 2008
Discountergesundheitspräparate	März 2009
Discounterkosmetik	April 2009
Discounterlebensmittel	Februar 2009
Doppelkekse	April 2009
Duschcremes	September 2008
Duschvorhänge	Januar 2009
Echinaceapräparate	November 2008
Einfachhandys	November 2008
Energiesparlampen	Oktober 2008
Energiesparlampen, Haltbarkeit	März 2009
Festgeld	Dezember 2008
Fitnessstudios	Januar 2009
Geldmarktfonds	Dezember 2008
Grillbriketts	Juni 2009
Grillkohle	Juni 2009
Gute-Nacht-Breie	Oktober 2008
Haarfarben	November 2008
Haarfarben, Tönungen	Februar 2009
Handcremes	Juni 2009
Hausratversicherungen	Oktober 2008
Hochdruckreiniger	Juli 2009
Holzlasuren für innen und außen	April 2009
Holzpuzzles	November 2008
Honig	Januar 2009
Indexfonds	April 2009
Joghurt, probiotisch	Januar 2009
Johanniskrautpräparate	Dezember 2008
Kartoffeln	Oktober 2008
Kinderfahrräder	Mai 2009
Kinder-Invaliditätsversicherungen	Juni 2009
Kindershampoos	Januar 2009
Kinderspielzeug	Dezember 2008
Kinderstrumpfhosen	Oktober 2008
Kinderturnschuhe	August 2008
Klassiker & Konkurrenten	September 2008
Körperbutter	November 2008
Krankentagegeldversicherungen	Januar 2009
Laminat	Juli 2009
Lätzchen	September 2008
Lipgloss	August 2008
Luftballons	Februar 2009
Matratzen, Kinder	Juni 2009
Mikrowellengeräte	Februar 2009
Mineralwasser	Juli 2009
Mittel gegen Blattläuse	Mai 2009
Mittel gegen Gelenkbeschwerden	Mai 2009
Mittel gegen prämenstruelle und Zyklusbeschwerden	September 2008
Mittel gegen Vorratsschädlinge	Mai 2009
Mottenschutzmittel	Mai 2009
Multivitaminsäfte	Februar 2009
Mundspüllösungen	Oktober 2008
Nachtcremes	Januar 2009
Nackenstützkissen	April 2009
Nagellack	Juli 2009
Nuss-Nougat-Creme	Juni 2009
Obst- und Gemüseeinkauf	April 2009
Obst- und Gemüseeinkauf	August 2008
Obst- und Gemüseeinkauf	März 2009
Obst- und Gemüseeinkauf	Oktober 2008
Obst- und Gemüseeinkauf	September 2008
Olivenöle	Mai 2009
parfümfreie Babypflege	August 2008
Parfüms	Dezember 2008
Passierte Tomaten	März 2009
Pensionskassen	Oktober 2008
Pilzmittel, Scheidenpilze	Juni 2009
Planschbecken	Juli 2009
Portionskaffeemaschinen	Dezember 2008
Private Krankenversicherungen, Basistarife	März 2009
Riester-Renten	Juli 2009
Rürup-Renten	August 2008
Salatgurken	März 2009
Schneckenmittel	Mai 2009
Schnuller	Januar 2009
schwarze BHs	April 2009
Seifen, flüssige	Mai 2009
Senf	Juni 2009
Seniorenhandys	November 2008
Shampoos für feines Haar	März 2009
Shampoos, Farbglanz	März 2009
Shampoos, gegen fettendes Haar	März 2009
Shampoos, normales Haar	März 2009
Shampoos, Schuppen	März 2009
Shampoos, strapaziertes Haar	März 2009
Slipeinlagen	August 2008
Sonnenbrandmittel	Juli 2009
Sparbriefe	Dezember 2008
Staubsauger	September 2008
Stoppersocken	April 2009
Tagesgeld	Dezember 2008
Tapeten, gemustert	April 2009
Tee/aromatisierter Tee	November 2008
Tiefkühlfisch	Oktober 2008
Tiefkühlgarnelen	Dezember 2008
Toastbrot	August 2008
Toilettenpapier, feuchtes	Juni 2009
Vitamin-B-Präparate	Oktober 2008
Wandfarben, abgetönte	Juni 2009
Wassermalfarben	September 2008
Weihnachtsmänner	Dezember 2008
Weintrauben	September 2008
Wind- und Wettercremes	November 2008
Wohn-Riester-Bausparverträge	Februar 2009
Wohn-Riester-Darlehen	Februar 2009
Zahnbürsten	September 2008
Zahnbürsten, elektrische	Dezember 2008

Jahrbuch Kleinkinder 2009

Die TESTs: Allergiemittel, Babyöle, Babyschlafsäcke, Babytees, Brühwürstchen, Durchfallmittel für Kinder, Fieberthermometer, Folsäure, Getreidebreie, Gummistiefel, Gute-Nacht-Breie, Halsschmerzmittel, Holzpuzzles, Hustenmittel, Schnupfenmittel, Kakao, Ketchup, Kinderbetten, Kinderfahrradsitze, Kindersonnenschutz, Lätzchen, Matschhosen, Muttermilchersatz, Neurodermitiscremes, Ovulationstests, parfümfreie Babypflege, Plüschtiere, Puppen, Schwangerschaftspflege, Schwangerschaftstest, Schwimmhilfen, Still-BHs, Wasser für Säuglingsnahrung, Wasserfarben, Wickelauflagen, Wundcremes, Wind- und Wettercreme, Zahnbürsten u.v.m.

Best.-Nr. J0901 **8,90 €**

Damit Ihre Kinder gesund groß werden: Kompetente Tests und nützliche Tipps

Kompakt Kinderernährung
Die TESTs: Trinkmahlzeiten, Breie, Kakao, Multivitamine, Muttermilchersatz u.v.m.

Best.-Nr. K0811 **3,90 €**

Kompakt Babypflege
Die TESTs: Babywaschgele, Feuchttücher, Babycremes u.v.m.

Best.-Nr. K0904 **3,90 €**

Spezial Schwangerschaft & Geburt
Die Themen: Entwicklung des Babys, Schwangerschaftsbeschwerden u.v.m.

Best.-Nr. T0906 **5,00 €**

Bestellen Sie im Internet: http://shop.oekotest.de, per Telefon: 069/ 365 06 26 26 oder per Fax: 069/ 365 06 26 27

Gefragt, gesagt, getan

Was immer Sie wissen wollen: Wir bringen es in Erfahrung. Sie lesen das Ergebnis hier.

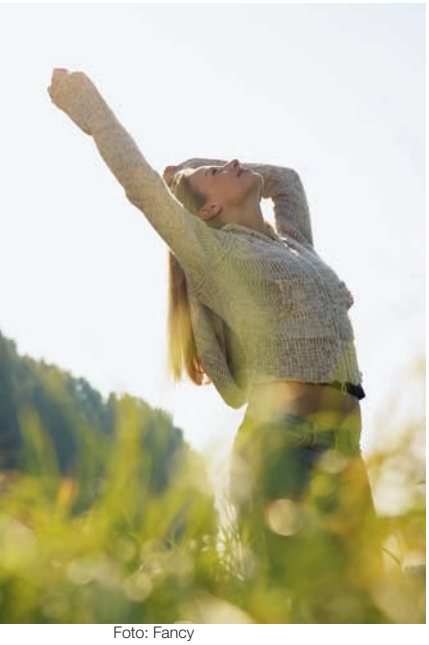


Foto: Fancy

Sauerstoff

Im Internet habe ich von einem Verfahren (Airnergy) gelesen, mit dessen Hilfe man den Sauerstoffanteil der Luft besser verwerten können soll. Ist da was dran?
Mike Ziegler, Erfurt

(ste) Laut Anbieter soll *Airnergy* bei regelmäßiger Anwendung helfen, „enorme gesundheitliche Verbesserungen zu erzielen“. Die Belege dafür sind allerdings mehr als dürftig: Referenzen von Prominenten wie Ottmar Hitzfeld oder Rubens Barrichello beweisen die Wirksamkeit ebenso wenig wie unkontrollierte Studien, in denen die Anwendung von *Airnergy* angeblich Schlafstörungen besserte. Schon das Prinzip ist nicht plausibel: Angeregter Sauerstoff, sogenannter Singulett-Sauerstoff, soll seine Energie an Wassermoleküle der Atemluft abgeben und dieses „energetisierte“ Wasser dann die Sauerstoffverwertung verbessern. „Damit erwärmt man bloß die feuchte Atemluft“, erklärt Professor Reinhard Schmidt vom Institut für Physikalische und Theoretische Chemie der Uni Frankfurt. Falsch sei zudem die Behauptung des Anbieters, „um den Sauerstoff für die Energieproduktion im Körper nutzbar machen zu können, muss der Körper den Sauerstoff erst in einen reaktionsfreudigen Zustand bringen, den Singulett-Zustand“. Auch in der praktischen Anwendung zeigte *Airnergy* keine verbesserte Leistungsfähigkeit gegenüber Placebo, wie Professor Petra Platen, Sportmedizinerin an der Uni Bochum in einer kleinen Studie mit Radsportlern herausfand.

Inverssuche für Handynummer erlaubt?

Dürfen mein Namen und meine Adresse allein aufgrund meiner Handynummer durch die Telefonauskunft abgefragt werden?
Martin Hansen, Hamburg

Foto: Brand X

(ct) Diese sogenannte Inversauskunft oder -suche ist tatsächlich möglich: Dabei darf die Telefonauskunft aufgrund der Handynummer Namen und Adresse des Teilnehmers weitergeben. Voraussetzung dafür ist allerdings: Die Handynummer ist in ein Telefonverzeichnis eingetragen, Sie haben einen Hinweis ihres Anbieters auf Widerspruchsmöglichkeit erhalten und der Inversauskunft nicht widersprochen.

Sinnvolle Laufkleidung

Ich jogge am liebsten in T-Shirt und Baumwollhose. Können Sie mir sagen, was teure Funktionskleidung bringt?
Sabine Klatt, Berlin

(eb) Spezielle Funktionskleidung sorgt vor allem dafür, dass Schweiß schneller verdunstet. Denn Baumwollkleidung saugt sich gerne voll. Bis zu einem gewissen Grad kann Feuchtigkeit zwar kühlend wirken, doch wenn die Kleidung zu nass wird, kann man sich leicht erkälten. Weite Hosen können zudem unangenehm an den Oberschenkeln reiben. Gute Laufkleidung muss übrigens nicht teuer sein, wie ÖKO-TEST beim Test Laufshirts (ÖKO-TEST 6/2007) herausgefunden hat.

Foto: Banana Stock

Personalausweis – Pflicht oder nicht?

Ich habe kürzlich meinen Personalausweis verloren und das zuständige Amt teilte mir mit, dass ich eigentlich gar keinen neuen brauche, es reiche ein Reisepass. Können Sie mir sagen, für welche Angelegenheiten man heute noch einen Personalausweis braucht?
Roger Killian, per E-Mail

Foto: irisblende.de

(ct) Ja, ein gültiger Reisepass genügt als Identitätspapier. Da dieser jedoch keinen Wohnsitz enthält, muss man beim Eröffnen eines Bankkontos oder beim Beantragen eines Bibliotheksausweises dann noch eine Meldebestätigung vorlegen. Wer allerdings mehr als zwölf Monate ohne Pass unterwegs ist, muss mit einem Verwarngeld von mindestens 25 Euro rechnen. Der Personalausweis kostet 8,00 Euro und der Reisepass bis 24 Jahre 37,50 Euro und danach 59 Euro.

Wärmereflektierende Farbe

Ich habe gehört, dass man mit wärmereflektierenden Pigmenten in Innenwandfarben Energie einsparen kann. Stimmt das und wo kann ich solche Farben kaufen?
Peter Schulz, Hannover

Foto: Fancy

(aa) Nach unserer Kenntnis ist noch keine solche Farbe am Markt zu haben. Richtig ist aber, dass einige Farbhersteller mit speziellen Pigmenten experimentieren und planen, solche Farben demnächst auf den Markt zu bringen. Dabei handelt es sich um Aluminiumpigmente, denn dieses Metall hat die höchste Wärmereflexion. Dadurch kann in der Tat Wärmestrahlung in den Raum zurückreflektiert werden. Allerdings muss auch Wärmestrahlung vorhanden sein – bei den üblichen Konvektionsheizkörpern ist der Strahlungsanteil jedoch gering, weil hier die Luft erwärmt wird. Besser sind die Voraussetzungen beispielsweise bei einer Fußbodenheizung, die über 50 Prozent Strahlungswärme abgibt. Ob durch die Reflexion aber die Wärmeverluste geringer werden, ist bisher noch nicht bewiesen. Es erscheint zumindest plausibel, dass die Behaglichkeit erhöht wird und möglicherweise dadurch eine Ersparnis erzielt werden kann.

Nur aufhören hilft

Kann ich mein Kind schädigen, obwohl ich zum Rauchen auf den Balkon gehe?
Daniel Winter, per -E.Mail

(rol) Auch wer draußen raucht, schützt seine Kinder nicht. Denn viele krebserregende Substanzen, die beim Verbrennen des Tabaks entstehen, bleiben am Raucher kleben. In der Wohnung lösen sich Partikel dann aus der Kleidung und gelangen in den Hausstaub. „Auch beim Kuscheln kommen Kinder mit den schädlichen Stoffen in Verbindung“, sagt Dr. Marike Kolossa-Gehring, Toxokologin im Umweltbundesamt. „Kinder, die damit in Kontakt stehen, sind häufiger krank, leiden oft an Mittelohrentzündung und Atemwegserkrankungen.“ Am besten ist: ganz aufhören.

Giftiges Jakobskreuzkraut

Ich habe gelesen, dass schon einige Pferde gestorben sind, weil sie Jakobskreuzkraut gefressen haben. Geht von der Giftpflanze auch im Garten eine Gefahr aus?
Thorsten Müller, Montabaur

Foto: Dr. Clara Berendonk

(mm) Das Jakobskreuzkraut breitet sich in Deutschland verstärkt aus und gedeiht besonders gut auf Pferdeweiden. Die Wildblume enthält giftige Pyrrolizidinalkaloide. Gelangen diese in die Nahrung des Menschen, können sie zu Leberschäden führen. Im Garten geht von Jakobskreuzkrautpflanzen keine akute Gefahr aus: Über die Haut kann nur wenig aufgenommen werden und man kann sich keine Verätzungen zuziehen wie etwa beim Berühren von Riesenbärenklau. „Auch wenn Kinder einmal einen Blumenstrauß gepflückt haben, ist das noch kein Grund zur Panik“, erklärt Dr. Clara Berendonk von der Landwirtschaftskammer Nordrhein-Westfalen. Um einer weiteren Verbreitung des Jakobskreuzkrautes vorzubeugen, sollten Gartenbesitzer die Pflanzen aber möglichst mit der Wurzel ausreißen. Das gilt besonders im Gemüsegarten. Zwischen dem Salat etwa können sich auch niedrigere Verwandte des Jakobskreuzkrautes verstecken. Da hier aber nicht maschinell geerntet wird, ist das Risiko gering. Ein einzelnes mit dem Feldsalat verspeistes Kreuzkrautpflänzchen steckt der Mensch in der Regel gut weg.

Foto: image source

Gebissreiniger

Über dieses Produkt redet man höchstens hinter vorgehaltener Hand – obwohl es viele Menschen benutzen und brauchen. Die wichtigste Frage: Wie gut säubern Gebissreiniger und enthalten sie Schadstoffe? So viel vorab: Mit einigen Marken können Sie Ihr blaues Wunder erleben.

Foto: Photo Alto

Anti-Falten-Cremes

Auch nach diesem Test können wir nicht vermelden, dass Sie sich die Falten endlich wegcremen können. Dennoch: Die Qualität der Testprodukte ist höchst unterschiedlich – während einige Cremes die Haut wirklich pflegen, machen andere tiefe Sorgenfalten.

Milch

Sie ist in letzter Zeit vor allem deshalb in die Schlagzeilen gekommen, weil die Discounter den Preis für Milch immer weiter in den Keller getrieben haben. Das kostete so manchen Bauern die Existenz. Wir haben uns die Frage gestellt, ob das Preisdumping auch auf Kosten der Qualität geht. Lesen Sie selbst, was unser Test ergab.

Foto: itstock

DECT-Telefone

Es liegt in der Natur dieser Telefone, dass sie elektromagnetische Strahlung erzeugen. Doch einige Modelle senden immer noch permanent, während andere Hersteller hier längst Lösungen gefunden haben. Auch die Stärke der Strahlung, der man sich beim Telefonieren aussetzt, kann sehr unterschiedlich sein.

Foto: irisblende.de

Stoffbilderbücher

Sie gehören zu den ersten Spielzeugen, die Babys bekommen. Und sollten keine problematischen Farbstoffe oder andere Rückstände von Chemikalien enthalten. Tatsächlich gelingt das aber nicht allen Anbietern von Stoffbilderbüchern.

Foto: irisblende.de

weitere TESTs

Reiswaffeln
Warum sie keine leichte Kost sind.

Haarspray
Welche Marken die Luft verpesten.

Allzweckreiniger
Ob sie dem Dreck den Garaus machen.

Rentenversicherungen
Wer Sie im Alter wirklich absichert.

Außerdem
Fairtrade – alle Fragen, alle Antworten • Bericht aus einer Naturheilklinik • Zur IAA: Alternative Autoantriebe • Internationale Funkausstellung: Grüne Unterhaltungselektronik • Schülerfirmen

... und noch vieles mehr.

Das neue Heft erscheint am Freitag, 28. August 2009

GREENPEACE

Tod im Netz

Eine blutige Träne läuft aus dem Auge des toten Delfinweibchens. Milch tropft aus den Zitzen. „Als ich das tote Tier sah, wusste ich sofort: Irgendwo dort draußen im Ärmelkanal verhungert jetzt ein Delfinbaby“, sagt Thilo Maack, Meeresbiologe bei Greenpeace.

Das tote Delfinmädchen gehört zu den schätzungsweise 2.000 Delfinen, die jährlich im Ärmelkanal sterben. Sie verfangen sich in riesigen Netzen, die gleichzeitig von zwei Schiffen durch das Meer gezogen werden. Vorne so groß wie zwei Fußballfelder verjüngen sich die Netze der sogenannten Gespann-Fischerei zum Ende hin und werden so zur tödlichen Falle. In ihrem Todeskampf fügen sich die Delfine schwere Verletzungen zu und ersticken schließlich qualvoll.

Ein Greenpeace-Aktivist stellt sich im Überlebensanzug gegen die Gespann-Fischer, die für das Delfinsterben verantwortlich sind.

In Überlebensanzügen gegen das Delfinsterben

Rund 9.700 Delfine sollen noch im Ärmelkanal leben. Doch bei jährlich 2.000 Tötungen durch die Gespann-Fischerei ist ihr Bestand akut bedroht. Mit Aktionen auf dem Ärmelkanal hat das Greenpeace-Schiff „Esperanza“ darum versucht, ein weiteres Delfinsterben zu verhindern: Aktivisten in Überlebensanzügen schwammen vor die Fischtrawler. Mehrfach holten die Fischer daraufhin ihre Netze ein und zogen aus dem Seegebiet ab.

Wie viel sind Ihnen die Delfine wert?

Bereits mit fünf Euro im Monat können Sie Fördermitglied von Greenpeace werden. So helfen Sie, Delfine und andere bedrohte Tiere wirksam zu schützen. Wenn eines unserer Schiffe unterwegs ist, kostet das rund 5.000 Euro pro Tag. Deshalb: Werden Sie noch heute Fördermitglied. Füllen Sie einfach die Postkarte aus und schicken Sie sie an uns zurück. Die Natur wird Ihnen dankbar sein!

Jetzt Fördermitglied bei Greenpeace werden!

Ihre Vorteile als Fördermitglied:

- **Scheckheft** mit wertvollen Informationen und besonderen Angeboten, wie Trinkwasser-Analyse, Filmverleih und mehr
- **Greenpeace- Nachrichten** 4 x im Jahr frei Haus
- **Mitmach-Kampagnen** zu brandaktuellen Themen
- **Spendenbescheinigung,** da steuerlich absetzbarer Förderbeitrag
- **jederzeit kündbare** Mitgliedschaft

Werden Sie noch heute Fördermitglied. Als Willkommensgeschenk erhalten Sie eine CD mit faszinierenden Walgesängen.

Diesen Abschnitt bitte als Postkarte verwenden, entlang der Linie ausschneiden und an Greenpeace senden.

Ja, ab jetzt helfe ich regelmäßig!

Ich erteile GREENPEACE eine Einzugsermächtigung und zahle einen Betrag von monatlich:

☐ 5 €, ☐ 10 €, ☐ 15 € oder ☐☐☐ €

Vorname, Name

Straße, Hausnummer

PLZ Wohnort

Kontonummer Bankleitzahl

Geldinstitut (Ihre Bankdaten geben wir nicht an Dritte weiter)

Datum Unterschrift

Ich möchte die CD mit Walgesängen zugeschickt bekommen: ☐ Ja (300353) ☐ Nein (300354)

Ihre Adressdaten verwenden wir nur für Förderer-Service und -Information über unsere Aktivitäten. Eine Übermittlung der Daten erfolgt ausschließlich im Greenpeace-Verbund und an den Tierpark Arche Warder e.V. Dieser Weitergabe können Sie jederzeit widersprechen.

Greenpeace e.V., Große Elbstr. 39, 22767 Hamburg, V.i.S.d.P.: G. Wallmeyer; Druck: Brühlsche Universitätsdruckerei, Am Urnenfeld 12, 35396 Gießen; Stand 07/2009

Ihre Spende hilft Leben retten!

Porto zahlt Greenpeace! Oder faxen Sie uns: 040-30 618 100

Antwort

GREENPEACE e.V.
Große Elbstraße 39
22767 Hamburg

DACHSPARKASSE

DIE SONNE ZAHLT EIN. TÄGLICH. MIT SICHERHEIT.

Investieren Sie krisensicher auf dem eigenen Dach. Eine Solaranlage von SolarWorld macht Sie zum Stromerzeuger – mit der doppelten Rendite eines Bundesschatzbriefes. Garantiert, sauber, made in Germany.

SOLARWORLD
THE SUNPOWERED COMPANY®

SolarWorld. And EveryDay is a SunDay.

www.solarworld.de